என்றும் உங்களுடன்

புத்தகம்-1

மங்கையர் மலர்

ர்ச் 2010

MANGAYAR MALAR

258 பக்கங்கள் ரூ.20/-



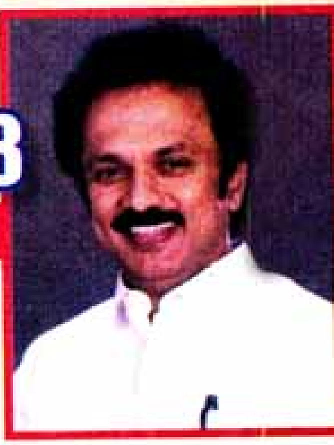


ZITA - A VBJ PRODUCT
ZITA
அழகிய துளிகள்,
கலைநயத்துடனும் நேர்த்தியுடனும்
நாகரிகத்தின் முன்னணியில் திகழும்
radical
Rani Seethai Hall, Parallel to Gemini Flyover, 603, 1st Floor, Anna Salai,
Chennai - 6. Ph: 2829 1573 www.vummidi.com www.vummidisilverware.com


"எக்ஸ்க்யூஸ் மீ"
மிஸ்டர் குழம்பு சாமி!
றாட்டு சாப்பாட்டின் உயிரே குழம்புதானே. சைவ
வானாலும், அசைவ உணவானாலும் கார சாரமாக,
க்க மணக்க, ஈடு இணையில்லாத இந்தக் குழம்பை
முறை தலைமுறையாய் ரசித்து வருகின்றார்கள்.
ந்த தலைமுறையிலும் அச்சு அசலாய் இதே குழம்பை
ாகச் செய்யத்தான் இப்போது வந்துவிட்டது
ர்ன் குழம்பு மசாலா.
பு மசாலா
quality product from Eastern An ISO 22000,HACCP Certified Company | Email: mktg@eastern.in | Ph: 044 22252939
TeamOne

"மகளிர் மேன்மை... நாட்டின் பெருமை!" 8

துணை முதல்வர் மு.க.ஸ்டாலின் பேட்டி





தூரிகை ட்யூஷன் 130



சின்னத்திரை செல்லம்! 20

அட்டையில் : 'அட்டைப்பட அப்சரஸ்' ப்ரதிமா கார்த்திக்

பூஞ்சாரல் பக்கங்கள் அடுத்த இதழில்

61 + வயதினிலே...

தொகுப்பு :
நளினி சம்பத்குமார்

படங்கள் :
ஸ்ரீஹரி

130



சுகி சிவம்
கட்டுரை

72



அனுராதா ரமணன்
சிறப்புச் சிறுகதை

79



'பூலோக சொர்க்கம்!'

ளிர் மாத இதழ்!

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர்

மலர் : 30 இதழ் : 1 பிப்ரவரி 2010

மங்கையர் மலர் வாசகியரே!! திரளாக வருக! மாணவ சமுதாயமே!! திரண்டு வருக!

என்றும் உங்களுடன்



மங்கையர் மலர்

பூஞ்சாரல்

ஆட்டம்... பாட்டம்... கொண்டாட்டம்...

2009- 2010



மாநில அளவில்... மிக பிரம்மாண்டமாய்...

விளையாட்டு மற்றும் கலைத்திறன் மண்டலச் சுற்றுப் போட்டிகள் நிறைவடைந்து...

தஞ்சையில் மெகா இறுதிப் போட்டி...

25 கல்லூரிகளுக்கும் மேல் பங்கேற்பு...

500க்கும் மேற்பட்ட மாணவர்களின் அசத்தல் அணிவகுப்பு...

05.03.2010 (வெள்ளிக்கிழமை) & 06.03.2010 (சனிக்கிழமை)

இடம் : A.V.V.M ஸ்ரீ புஷ்பம் கல்லூரி, (தன்னாட்சி)

பூண்டி-613 503, தஞ்சாவூர் மாவட்டம்

நிகழ்ச்சி நேரம் :

பரிசளிப்பு விழா :



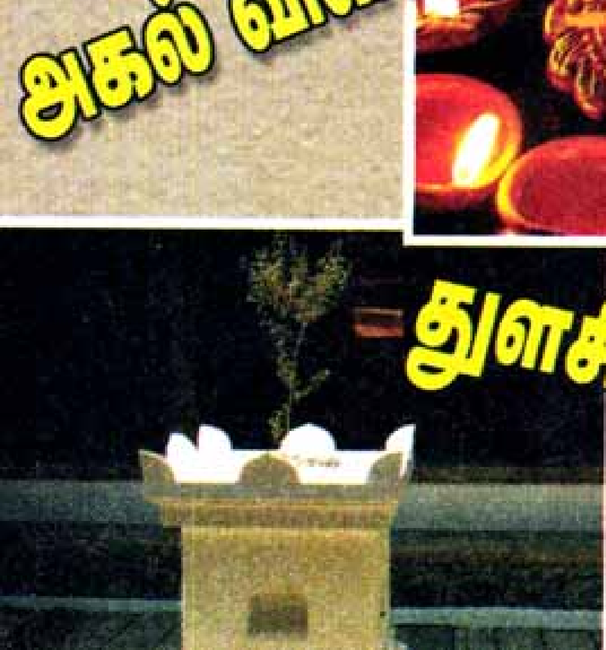
செம்பூவாக...



இளம் பசுவாக...



அகல் விளக்காக...



துளசி மாடமாக...

கருதப்பட்ட பெண்களை

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ்
பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக
பரதன் அச்சகத்தில்
ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று
அச்சிட்டு வெளியிடுபவர்:
லக்ஷ்மி நடராஜன்

பொறுப்பாசிரியர் : அனுராதா சேகர்

வடிவமைப்பு :
எஸ்.ஸ்டீஃபன், எம்.மோகன்,
பா.கோபால்

தொலைபேசி : 044 - 4343 8888
தொலைநகல் : 044 - 4343 8899

ஆசிரியர் குழு :
044 - 4343 8877
mangayarmalar@kalkiweekly.com

விளம்பரப் பிரிவு :
044 - 4343 8811
marketing@kalkiweekly.com

சந்தா பிரிவு :
044 - 4343 8833
subscription@kalkiweekly.com

விற்பனை பிரிவு :
044 - 4343 8844
sales@kalkiweekly.com

இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalaronline.com

இணையதளத்தில்...
வாங்கி, வாசித்து, மகிழ...
www.sangapalagai.com

சந்தா விவரம் (ஒரு வருடம்) :
உள்நாடு : ரூ.250/-
வெளிநாடு : ரூ.2,200/-

கல்கி பில்டிங்க்ஸ்,
47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காட்டுதாங்கல், சென்னை - 32

இதழில் வெளியாகும் விளம்பரங்களின்
உண்மைத் தன்மைக்கு
கல்கி நிர்வாகம் பொறுப்பல்ல.



...வன் புயலாக



...பாயும் புலியாக



...இளஞ் சூரியனாக



...கருந் தேக்காக

மாற்றிய
இச்சமூகத்திற்கு,
இந்திய மகளிர் சார்பாக
நன்றி.. நன்றி.. நன்...

அனுஷா நடராஜன்

"மகளிர் மேன்மை..



மகளிர் மேம்பாட்டுக்கு உதவும் சுய உதவிக் குழுக்களின் செயல்பாடு தமிழகத்தில் மிகவும் சிறப்பாக உள்ளது. அதற்காக எங்களது பாராட்டுகள், வாழ்த்துகள்! அந்த அமைப்பின் தலைவராக தங்கள் பங்கு என்ன?

''2006 வரையில் சமூக நலத் துறையின் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் 'தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டுக் கழகம்' இயங்கிவந்தது. தலைவர் கலைஞர் தலைமையிலான கழக அரசில் நான் ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் உள்ளாட்சித் துறை அமைச்சராகப் பொறுப்பேற்றவுடன், தமிழ்நாடு மகளிர் மேம்பாட்டுக் கழகமானது ஊரக வளர்ச்சி மற்றும் ஊராட்சிகள் துறையின் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் இயங்கும் வகையில் ஆணையிடப்பட்டது. அதற்குப் பிறகு, பல்வேறு நடவடிக்கைகள் மேற்கொள்ளப்பட்டன.''

பயிற்சி கட்டணம் உயர்வு

''சுய உதவிக் குழு உறுப்பினர்களுக்கு, நாள் ஒன்றுக்கு வழங்கப்பட்ட பயிற்சித் தொகை ரூ.45/-லிருந்து ரூ.7.50 ஆக அ.இ.அ.தி.மு.க. ஆட்சியில் குறைக்கப்பட்டது. 2006ல் மீண்டும் கழக ஆட்சி பொறுப்பேற்றவுடன், பயிற்சிக் கட்டணம் 45ஆக மீண்டும் உயர்த்தப்பட்டது.''

நகர்ப்புற சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு சுழல் நிதி

''2006 - 2007ஆம் ஆண்டுக்கு முன்ப வரை கிராமப்புற சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு மட்டுமே சுழல் நிதி வழங்கப்பட்டு வந்தது. அதனால், நகர்ப்புற குழுக்கள் வங்கிகளில் கடன் பெறுவதில் சிரமங்கள் இருந்தன. இதனை சரிசெய்திடும் வகையில் 2006 - 2007ஆம் ஆண்டு முதல் நகர்ப்புற குழுக்களுக்கும் சுழல் நிதி வழங்கப்படுகிறது.''

தகுதியுள்ள சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு சுழல் நிதி

''தகுதியுள்ள பெரும்பாலான சுய உதவிக் குழுக்கள் சுழல் நிதிக் கூட பெறாத நிலை இருந்து வந்தன. இந்நிலை அகற்றிட 2008-2009ஆம் ஆண்டு ரூ.15 கோடி சுழல் நிதி மானியமாக ஒதுக்கீடு செய்யப்பட்டு, ஒரு இலட்சத்து ஐம்பது ஆயிரம் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு சுழல் நிதி வழங்கப்பட்டது. மேலும் 2009 - 2010ஆம் ஆண்டில் எழுபதாயிரம் சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு சுழல் நிதி வழங்கப்பட்டு வருகிறது.''

வங்கிக் கடன்

''12.4.2006ல் எனது தலைமையில் மாநில அளவிலான வங்கியாளர்கள் கூட்டம் நடத்தப்பட்டு ரூ.1600 கோடி கடன் வழங்க இலக்கு நிர்ணயிக்கப்பட்டு ரூ.2174 கோடி வங்கிக் கடன் வழங்கி, இலக்கினை விட அதிகமான சாதனை எய்தப்பட்டது.



ாட்டின் பெருமை!"

மார்ச் 8 - மகளிர் தினச் சிறப்பிதழுக்காக நமது துணை முதல்வர் மு.க.ஸ்டாலின் மங்கையர் மலருக்கு அளித்த சிறப்புப் பேட்டி...



இதுவரை (5.2.2010) ரூ.2068 கோடி வங்கிக் கடனாக, சுய உதவிக் குழுக்களுக்கு வழங்கப்பட்டுள்ளது.''

மகளிர் சுய உதவிக் குழு ஐடியா யாருடையது? அதைச் செயல்படுத்தும் போது ஏற்பட்ட சிக்கல்கள்...?

''மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் தமிழ் நாட்டில் மாண்புமிகு தமிழக முதல்வர் தலைவர் கலைஞர் அவர்களின் ஆலோசனையின் அடிப்படையில், 1989ஆம் ஆண்டு தர்மபுரி மாவட்டத்தில் பன்னாட்டு வேளாண்மை வளர்ச்சி நிதி (IFAD) நிறுவனத்தின் நிதி உதவியுடன், தமிழ்நாடு மகளிர் நல மேம்பாட்டு நிறுவனத்தின் மூலம் முதன் முதலில் தொடங்கப்பட்டது.

பெரிய திட்டங்களை நிறைவேற்றும் போது, அவ்வப்போது சிறிய அளவில் சிக்கல்கள் ஏற்படுவது இயற்கை. இவை உடனுக்குடன் களையப்பட்டு, தீர்வும் காணப்படுகிறது.''

இக்குழுக்களால் இன்று தமிழகப் பெண்கள் மேன்மை பெற்றுவிட்டதாக நினைக்கிறீர்களா? இக்குழுக்களால் இடர்பாடின்றி இயங்க முடிகிறதா?

''ஆம்! சுய உதவிக் குழுக்களில் இடம் பெற்றுள்ள பெரும்பாலான மகளிர்

வறுமைக்கோட்டுக்குக் கீழ் வாழ்ந்து வந்தனர். இவர்கள் இன்று இத்திட்டத்தால் தொழில் முனைவோராக உயர்ந்துள்ளனர். இது அவர்கள் பெற்றுள்ள மேன்மையைப் புலப்படுத்துகிறது''

'நிர்மல் கிராமப் புரஸ்கார்' விருதுகள் பெறுவதில் தமிழ்நாடு இரண்டாம் இடம் பெற்றுள்ளதாகச் கருதுகிறோம். வாழ்த்துகள்! 'உழைப்பே உயர்வு' என்பதற்கு எடுத்துக்காட்டாக விளங்கும் சில சுய உதவிக் குழுக்கள் பற்றிச் சொல்லுங்களேன்?



''சிறப்பாகச் செயலாற்றும் சுய உதவிக் குழுக்களையும், ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்புகளையும் ஊக்குவிக்கும் வகையில் மாநில மற்றும் மாவட்ட அளவிலான 'மணிமேகலை விருதுகள்' 2006 - 2007ஆம் ஆண்டு முதல் வழங்கப்பட்டு வருகின்றன.

நாமக்கல் மாவட்டம், மல்லசமுத்திரம் வட்டாரத்தில் செயல்பட்டு வரும் இராமாபுரம் ஊராட்சி அளவிலான கூட்டமைப்பு சிறப்பாகச் செயல்பட்டு வருகிறது. ஆயத்த ஆடைகள் உற்பத்தி செய்யும் தொழிலினை மேற்கொள்ள இக்கூட்டமைப்பு முயற்சிகள் மேற்கொண்டு வருகிறது. மேலும் தங்கள் பகுதியில் பல்வேறு சமூக நலத் தொண்டுகளையும் இக்கூட்டமைப்பினர் மேற்கொண்டுள்ளனர்.

கோவை மாவட்டம், பெரிய தடாகம் காவேரி மகளிர் சுய உதவிக் குழு, வங்கிக் கடன் பெற்று, அத்தொகையைக்கொண்டு நிலத்தை குத்தகைக்கு எடுத்து, அதில் பலவிதமான மரங்களை வளர்த்து வருவாய் பெற்று வந்தனர். பின்னர் வங்கியில் ரூ.5 இலட்சம் கடன் பெற்று, பால் பண்ணை அமைத்து தங்களின் உற்பத்திப் பொருட்களை கோவை மாவட்ட ஆவின் நிறுவனத்தின் உதவியுடன் விற்பனை செய்து வருவாய் பெற்று வருகின்றனர்.'

மாற்றுத் திறன் உடையோருக்கு என தனித் திட்டம் உண்டா?

''மகளிர் திட்டத்தின் மூலமும், 'வாழ்ந்து காட்டுவோம்' திட்டத்தின் கீழ் செயல்படும் கிராம வறுமை ஒழிப்புச் சங்கத்தின் மூலமும், மாற்றுத்திறன் கொண்டோர் குழுக்கள் அமைக்கப்பட்டு அவர்களின் திறமைக்கேற்ப தொழில் தொடங்க ஏதுவாக தனிநபர் கடன் வழங்கப்பட்டு வருகிறது.''

பெண்கள் எதை வளர்த்து, எதைக் குறைத்தால் நல்லதொரு தொழில் முனைவோராக வரலாம்?

''கல்வி, சேமிப்பு, தனித்திறமை ஆகியவற்றை வளர்த்துக்கொள்ள வேண்டும். கல்லாமை, வீண் செலவுகள், அறியாமை ஆகியவற்றைக் குறைத்துக் கொள்ளவேண்டும். இவற்றை மேற்கொண்டால் நல்லதொரு தொழில் முனைவோராக பெண்கள் உயர முடியும். சேமிப்பினை அதிகரித்து தங்களது வாழ்வினை வளமாக்கிக்கொள்ள எனது வாழ்த்துகள்.''

பேட்டி : **ப்ரியன்**



கலவை சாதம் கலக்கும்போது ஒரு டீஸ்பூன் வெண்ணெய் சேர்த்துக் கலக்கவும். சாதம் ‘பொலபொல’ என்று உதிரியாக சுவையாக இருக்கும்.

–மகாதேவன், தேனி



தலையணைகளும், தலையணை உறைகளும் பருத்தியில் தான் இருக்க வேண்டும். பாலியஸ்டர் துணியில் தலையணை உறைகள் தைத்தால், தலை சூட்டினால் தலைமுடி உதிர வாய்ப்புள்ளது.

– ஜெகா, கும்பகோணம்

எடையைக் கட்டுப்படுத்த நினைப்பவர்களுக்கு கோதுமை உணவு ஒரு வரப்பிரசாதம். கார்போ ஹைட்ரேட்ஸ் நிறைந்திருக்கும் கோதுமையில் கலோரி மற்றும் கொழுப்புச் சத்து குறைவாக உள்ளது. இதனால் அதிக எடை கூடுவதைத் தவிர்க்கலாம்.

– எஸ்.விஜயா சீனிவாசன், திருச்சி

கருவேலம் பட்டையிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் பல்பொடியில், சிறிது உப்பு கலந்து உபயோகப்படுத்தினால் ஈறு கெட்டிப்படும். பல்சொத்தை ஏற்படுவதையும் தவிர்க்கலாம்.

– மாலா சேகர், வந்தவாசி

ஆஸ்துமா நோயுள்ளவர்கள், மூச்சு விடத் திணறுவார்கள். ஒரு தட்டில் சூடு பொறுக்கும் அளவு வெந்நீரை ஊற்றி, கால் பாதங்களை அழுத்தி வைத்திருந்தால், உள்ளங்கால் மூலமாக உடலில் சூடு பரவும். உடனடியாக நிலை நல் சரியாகி மூச்சு விடுவது சீராகும்.

– சீனிவாசன், திருவெறும்பூர்

தட்டை செய்யும்போது மைதா மாவு / அரிசி மாவுக்குப் பதிலாக, கோதுமை மாவை ஆவியில் வேக வைத்து செய்யலாம். தட்டை அதிக ருசியுடன் இருக்கும்.

– எஸ்.லக்ஷ்மி, ஈரோடு

பால்கனி கைப்பிடிச் சுவரில் பூத்தொட்டிகள் வைக்க ஆசையா? தொட்டிகள் கீழே விழாமல் க்ரில் தடுப்புகள் பொருத்திய பிறகு பூத்தொட்டிகளை வைத்தால், விபத்துகள் ஏற்படாமல் தவிர்க்கலாம்.

– சியாமளா, செகந்திராபாத்

மாசி, பங்குனி மாதங்களில் மல்லிகைச் செடியின் அடி மண்ணை நன்றாகக் கிளறிவிடவும். பிறகு இலைகள் முழுவதும் உருவி, அடி மண்ணில் போட்டு தண்ணீர் ஊற்றி வந்தால், நிறைய பூ பூக்கும்.

– ஆர்.ராஜலக்ஷ்மி, ஹுப்ளி

இவை எல்லாமே ஆஹா 50 தான்!







எங்கும் இல்லாத எங்கள் சிறப்பான சேவைகள்

- யாத்திரையில் ஒரு குடும்பப் பயணம் செல்வது போன்ற உணர்வு
- சுகாதாரமான, வீட்டில் உள்ளது போன்ற சைவ உணவுகள்
- நிதானமாக சாமி தரிசனமும், குறிப்பிட்ட ஸ்லோகங்களை பாராயணமும் செய்து உங்கள் பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு காண்பதற்கு ஏற்றவாறு ஹோமங்களையும் செய்தல்
- சௌக்யமாக செல்வ வளத்துடன் வாழ்வதற்கு வேண்டிய வேதாந்த கருத்துகளை எப்படி பயன்படுத்துவது என்று சிடி - மீடிய உதவியுடன் Presentation செய்து உங்கள் பயண நேரத்தை பயனுள்ளதாக்குதல்
- கோயில் விழாக்களை கண்டுகளிக்கச் செய்தல்
- யோகாசனம், ப்ராணாயாமம், தியானப் பயிற்சி அளித்து நீங்கள் ஆரோக்கியமாக இருப்பதற்கு உதவுதல்.
- சித்தர்கள் மற்றும் யோகிகளை சந்திக்க வசதி செய்தல்
- புகழ்பெற்ற புனித ஸ்தலங்களை வீடியோ எடுத்து நிபுணர்கள் மூலம் நுணுக்கங்களை நேரில் விளக்குதல்
- கோயில் கலாச்சாரம் தொடர்புள்ள இசை, நடனம், நாடகம் மற்றும் ஹரி கதை ஏற்பாடு செய்தல்
- இவற்றுடன் நியாயமான கட்டணம்.
- நிறைவான தரிசனம்...
- நிம்மதியான உணர்வு

யாத்திரை புறப்படும் தேதிகள்

திருக்கயிலாயம், மானஸரோவர் (16 நாட்கள்), மே 30, ஜுன் 18, ஆகஸ்ட் 28.

முக்திநாத், காத்மாண்டு (7 நாட்கள்) மே 2, 10, 20, 29, ஜுன் 10, 18, 25, ஆகஸ்ட் 25, 29, செப்டம்பர் 10, 15, 20

அமர்நாத் (9நாட்கள்) ஜுன் 24, ஜுலை 1

ஹரித்துவார், ரிஷிகேஷ் பத்ரிநாத், கேதார்நாத் (12 நாட்கள்) மே 15, 24, ஜுன், 2, 5, 14, செப்டம்பர் 28

அலகாபாத், காசி, கயா (பித்ருபூஜை டிரிப்) (9நாட்கள்) மே 15, 24, ஜுன், 5, 14, 28, ஆகஸ்ட் 23, 30 செப்டம்பர் 13, 24

பஞ்சதுவாரகா (14 நாட்கள்) செப்டம்பர் 10.

Book Now

58/13, Sreeman Srinivasan Cross Street, Alwarpet, Chennai - 600 018.
E-mail:indiantempletours@gmail.com Ph: 044-65380508, 9500025986, 9500025987



ஜொலிக்கிறாங்க!

ஒய்.ஜி. பார்த்தசாரதி

பத்மா சேஷாத்திரி டு பத்மஸ்ரீ

பத்மா சேஷாத்ரி பள்ளி, கல்வித் துறையில் செயல்படுத்தி வரும் பல புதிய முயற்சிகளுக்கு, முழுமையாகத் தங்களை ஈடுபடுத்திக் கொண்டு பணியாற்றும் ஆசிரியர்களுக்கும், இங்கே படித்து, உலகின் அனைத்துப் பகுதிகளிலும் வெற்றிகரமாக விளங்கும் ஆயிரக்கணக்கான மாணவ - மாணவிகளுக்கும் கிடைத்த விருதாகவே நினைக்கிறேன்.

பாடப் புத்தகத்தை மட்டும் மனப்பாடம் செய்யாமல், வாழ்க்கையைச் சந்திக்க முழுமையான மனிதர்களை உருவாக்கும் இடம்தான் எங்கள் பள்ளி. படிப்பு தவிர யார் யாருக்கு எதில் திறமை இருக்கிறதோ, அதைக் கண்டறிந்து, அதை ஊக்கப்படுத்தி, பயிற்சி அளித்து அந்தத் திறமையை முழுமையாக வெளிப்படுத்துவது எங்கள் சிறப்பு. இன்று இசைத் துறையில் இருக்கும் முன்னணிக் கலைஞர்கள் பலர், தங்கள் கலை வாழ்வில் பெற்ற முதல் அங்கீகாரம், எங்களது பாரத் கலாசார் 'யுவ கலாபாரதி' விருதாகத்தான் இருக்கும்.

'குழந்தைகள் மேற்கத்திய கலாசாரத்தின் பாதிப்பு அதிகமில்லாமல், இந்தியப் பாரம்பரியத்தின் பெருமையைப் புரிந்து, நல்ல இந்தியக் குடிமக்களாக வாழ வேண்டும்' என்பதுதான் எங்கள் பள்ளியின் குறிக்கோள். அதற்குக் கிடைத்த அங்கீகாரம்தான் இந்த பத்மஸ்ரீ.



ஏஞ்சல்ஸ்®

(Since 1991) அட்வான்ஸ்ட் கிளினிக் (பி) லிட்.

ஹேர், ஸ்கின் & பாடி கேர்

Angels®

(Since 1991) Advanced Clinic Pvt. Ltd.

HAIR, SKIN & BODY CARE

Before & After

About the Treatment*



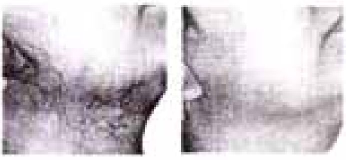
WEIGHT REDUCTION THRU CELLULITE THERAPY, BODY FORMER & PROTEIN THERAPY

சிலருக்கு வயிறு பகுதி சரியாக இருக்கும். ஆனால் காலின் தொடை பகுதி மிக பருமனாக இருக்கும். இவர்களுக்கு **Figure Correction** மூலம் அக்குறையை நிவர்த்தி செய்துவிடலாம்.



GOOD BYE TO BALD HEAD WITHIN ONE HOUR THRU SILICON SYSTEM

பாதி வழுக்கை, பாரம்பரிய வழுக்கை வியாதிகளால் உதிர்ந்த உங்கள் தலைமுடியை சிலிகான் சிஸ்டம் என்ற நவீன தொழில் நுட்பத்தின் மூலம் தலைமுடியை ஒழுங்கு படுத்திவிடலாம்.



UNWANTED & EXCESS HAIR REMOVAL thru ND-YAG LASER

(Ex. UpperLip, Chin, Cheeks, Abdomen, Chest, Ears)

இச்சிகிச்சையின் மூலம் பெண்களுக்கு மேல் தாடை - கீழ் தாடை - அக்குள் - வயிறு - மார்பகம் போன்ற பகுதிகளிலும் தேவையற்ற ரோமங்களை குறைந்த சிட்டிங்கில் நிரந்தரமாக நீக்கி விடலாம்.



COLOUR IMPROVEMENT & PIGMENTATION THRU IMPORTED INHIBITORS

உங்கள் சருமத்தில் ஓவர் ஆக்டிவேட் ஆன மெலனின் பிக்மென்டுகளை லைட்டாக்கலாம். இதன் மூலம் நிறத்தை மேம்படுத்தலாம். இவ்வாறு ஏற்படும் முன்னேற்றம் நிரந்தரமானதென்பது எங்களின் சிறப்பம்சமாகும்.

MADURAI: Veeyar Nilayam, No.171, KK Nagar, Opp. A.R. Hospital. **Ph: 0452-4395859, 2583738.**

TRICHY: Neptune Towers, No.B-11/1, Thillai Nagar, Trichy - 620018. **Ph: 0431-4311569, 2765859**

CHENNAI: AA1, 1st Cross St., 3rd Main Road, RVR Towers, 2nd Floor, Annanagar, Chennai - 600 040.
Ph: 044-26212547 / 26213468, 42176679. Cell: 98400 46599.

COIMBATORE: RR Complex, V.O.C. Road, R.S.Puram. **Ph: 0422 - 6547577, 2547889. Cell: 92444 15899**

- Hyderabad - (040)23222111, 66368999
- Bangalore - (080)41153995, 41153996, 09845566799

www.angelsgroup.co.in

மேலும் விவரங்கள் அறிய பிரதி சனிக்கிழமை **VIJAY TV** - யில் காலை **10.30** முதல் **11.00** மணி வரை காணத்தவறாதீர்கள்.

Under Doctor's Supervision

*Conditions Apply



குக்கரி க்வீன்!

குக்கரி தர்பாரில் கலந்துக் கொள்ள சமையல் ராணிகளை அழைக்கிறோம். ஒரிஜினல் சமையல் குறிப்புகளைத் தெளிவாக எழுதி, கீழே உள்ள கூப்பனையும் நிரப்பி அனுப்புங்க. தேர்ந்தெடுக்கப்படும் ஐந்து ரெஸிபிகளுக்கு தலா ரூ. **300**/- பரிசு!

குக்கரி க்வீன் சமையல் போட்டி (மார்ச்)

டயபடிக் ரெஸிபி

பெயர் : ....

முகவரி : ....

....

....

கடைசித் தேதி : 25.03.2010

இந்த இதழில் 'ஆஹா 50'! என்ற தலைப்பில் இடம்பெற்றுள்ள டிப்ஸ்களைப் படியுங்கள். மிகச்சிறந்த ஒரே ஒரு குறிப்பைத் தேர்ந்தெடுத்து எழுதி அனுப்புங்கள். உங்கள் தேர்வும், ஆசிரியர் குழுவின் தேர்வும் பொருந்தினால் குலுக்கல் முறையில் **ரூ.150/- பரிசு!** தேர்ந்தெடுப்பவருக்கு மட்டுமல்ல, அந்தக் குறிப்பை எழுதியவருக்கும் **ரூ.150/- பரிசு!** **'மார்ச் - ஆஹா பரிசு'** என்று மறக்காமல் குறிப்பிட்டு பக்க எண், வாசகி பெயருடன் அஞ்சல் அட்டையில் மட்டுமே எழுதி அனுப்புங்கள்.

கடைசித் தேதி 15.03.2010

அடிச்சாங்க பரிசு!



ஆஹா பரிசு பிப்ரவரி(2010) போட்டியில் "மாதத்தில் முதல் பத்து தேதி வரை எல்லா வங்கிகளிலும் முதியோர்க்கென தனி கவுண்டர் திறக்கலாம். ஓய்வூதியத் தொகையை சிரமமில்லாமல் விரைவில் பெற்று வீட்டுக்குப் போக முடியும். புனே மகாராஷ்டிரா வங்கியில் இந்த ஏற்பாட்டைச் செய்திருக்கிறார்கள். மற்ற வங்கிகளும் முதியோர்க்கு இந்த உதவியைச் செய்யலாமே! என்ற குறிப்பை எழுதி **ரூ.150/-** பரிசு பெறுகிறார் **எம்.வனிதா, புனே.** அதே டிப்ஸை தேர்வு செய்த பல வாசகியரில் குலுக்கல் முறையில் **ரூ.150/-** பரிசு பெறுகிறார் **பிச்சம்மா, சேலம்** .

ஆஹா பரிசு!

ஜொலிக்கிறாங்க!

தாமரை



சினிமாவுக்குப் பாட்டு எழுதுவது உங்களுடைய கற்பனைக்கு வளம் சேர்க்கிறதா? அல்லது தடையாக இருக்கிறதா

இயக்குநர் சொல்லும் காட்சிக்கு ஏற்றபடி, இசையமைப்பாளர் போட்ட டியூனுக்குள் அடங்குமாறுதான் பாடல் எழுத வேண்டியிருக்கிறது. அதை நான் என் கற்பனைக்குத் தடை போடும் விஷயமாகக் கருதவில்லை. மாறாக இந்தப் பாடலில் என்ன புதுமையான கருத்து சொல்லலாம், எந்த புதிய வார்த்தைகளைப் பயன்படுத்தலாம், எப்படி சுவை கூட்டலாம், என்றுதான் யோசிக்கிறேன். இது என் கற்பனையைத் தூண்டத்தான் செய்கிறது.

கணவன் - மனைவிக்குள்ளே அன்றாடம் நடக்கும் அழகான விஷயங்களை ரசனையுடன் சொல்லும் பாடல் 'பார்த்த முதல் நாளே'. அதிலே பார்வை, பொருள் கற்பனை எல்லாமே புதிது;

'விண்ணைத்தாண்டி வருவாயா?' படமும், பாடல்களின் இசையும் அகில உலக ரசிகர்களுக்கானது. அப்படி முடிவு செய்துதான் இயக்குநர் கௌதமும், இசையமைப்பாளர் ஏ.ஆர்.ரஹ்மானும் அந்தப் படத்தில் பணியாற்றி உள்ளனர். அதில் வரும் பாடல்கள் ஒரு தேனிசை விருந்து. எனக்குப் பெரிய சவால். இன்று மிகப்பிரபலமாக இருக்கும் 'ஒசானா' பாட்டு, ராப் வகையைச் சேர்ந்தது. இடையில் சில மெலடி வரிகளும் வரும். நான் அந்தப் பாடலில் கருத்தையும் சொல்லி, கற்பனையின் வளத்தையும் காட்டியிருக்கிறேன்.



தானத்தில் சிறந்தது அன்னதானம்

பௌர்ணமி, கார்த்திகை, சங்கடஹரசதுர்த்தி, மாவாசை போன்ற நன்நாட்களில் அன்னதானம் செய்தால் அது பெரிய புண்ணியமாகும் என்று ந்தோர்கள் சொல்கின்றனர். இதிலும் கூட! தானத்தில் றந்தது அன்னதானம்.

கடந்த 20 - ஆண்டுகளாக செயல்பட்டு வரும் முக சேவை நிறுவனமான கோயமுத்தூர் இ னைடெட் இல்லத்தில் உள்ள ஆதரவற்ற ஊனமுற்ற ணாக்கர்களுக்கும், மனநலம் பாதிக்கப்பட்ட ன நோயாளிகளுக்கும், முதியோர் இல்லத்தில் ள்ள வயதான பாட்டிமார்களுக்கும், மனநலம் ாதிக்கப்பட்ட மன வளர்ச்சி குன்றியோர்களுக்கும் ங்கள் சார்பில் வருடத்தில் ஒரு நாள் உணவு ழங்கி உதவி செய்யலாம். தங்களின் பிறந்தநாள், ருமண நாள், மூதாதையர்களின் நினைவு நாட்களில் ன்னதானம் செய்து உதவலாம். தங்கள் நிறுவனத்தின் ார்பிலும் அன்னதானம் செய்து உதவலாம்.

உதவி செய்யும் நல்ல உள்ளங்களுக்காக இந்த ல்லத்தில் உள்ளவர்கள் கூட்டு பிரார்த்தனை - சய்கின்றார்கள் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

தாங்கள் இந்த இல்லத்திற்கு நேரில் சென்று ார்வையிட்டு தேவையான உதவிகளையும் சய்யலாம்.

தாங்கள் தங்கள் நண்பர்களுடன் இணைந்து மாத ாதம் ஒரு சிறு தொகையினை மணியார்டர் மூலம் னுப்பி உதவலாம். இந்த இல்லத்தின் பெயரில் ன் லைன் மூலம் அல்லது வங்கி காசோலை, ராப்ட் அனுப்பி உதவலாம். ஒரு நாள் உணவு ழங்க ரூ.3,500/- செலவாகும். ஊனமுற்றவர்கள் திியோர்களுக்கு செய்யும் உதவி! இறைவனுக்கு சய்யும் உதவியாகும்!! வாருங்கள்! அன்பையும் ரவணைப்பையும் தாருங்கள்!! தங்களின் மேலான தவியினையும், வருகையினை ஆவலுடன் திர்பார்க்கின்றோம். தீபாவளி, பொங்கல், கிறிஸ்மஸ், த்தாண்டு, ரம்ஜான் போன்ற நன் நாட்களிலும் ன்னதானம் செய்யலாம்.



இவர்களின் ஊனம் உடலில் மட்டுமே



மனநிம்மதியுடன் மகிழ்ச்சியாக வாழும் முதியோர்கள்



கை, கால் ஊனமுற்ற, ஆதரவற்ற மாணாக்கர்கள்



மனநல மையத்தில் உள்ள மனநோயாளிகள்

The Secretary, The United Physically Handicapped School,
96, Sathy Main Road, Kurumbapalayam, Coimbatore - 641 107.
Phone No. 0422 - 2667578 & 2667638 E-mail : tuphschool@gmail.com
Website : www.tuphschool.org

1978ல் 'கிழக்கே போகும் ரயில்'ல ஆரம்பிச்சது இந்த ஜிகுஜிகு பயணம்... நடிப்புன்னா என்னன்னே தெரியாம ஆர்வமே இல்லாமதான் நான் தமிழ் சினிமாவுல நுழைந்தேன். டைரக்டர் பாரதி ராஜா, இன்னிக்கும், ''சாக்லெட் கொடுத்துக் கொடுத்தே உன்னை நடிக்க வைச்சேன்''ம்பாரு. அப்படிப்பட்ட நான், ஆறு ஃபிலிம் ஃபேர் அவார்டு, மாநில விருது, கலைமாமணி விருதுன்னு நிறைய வாங்கி, இன்னும் ஃபீல்டில் நிலைச்சு நிற்கறேன்னா... விதிங்கறதா... விடாமுயற்சிங்கறதா.. தெரியலை!



நான் நடிக்கும்போது என்னோட ஒத்துழைப்பை நூறு சதவிகிதம் கொடுப்பேன். சில படங்கள்ல அது வெளிப்படையா தெரிஞ்சு, பேர் வாங்கிக் கொடுத்திருக்கு. இன்றைக்கும் 'கேளடி கண்மணி', 'சிப்பிக்குள் முத்து' 'கிழக்குச் சீமையிலே', 'தாவணிக் கனவுகள்', 'நல்லவனுக்கு நல்லவன்' படங்கள் பற்றி, என் ரசிகர்கள் பேசறப்போ சந்தோஷமா இருக்கு.

பொதுவா
குடும்ப
அலுவலக
என இரண்
நிர்வகிக்கவே
திணறிப் போகு
பெண்களிடையே
பல சவால்களை
திறம்பட சமாளித்து வரு
'சின்னத்திரை செல்லமே
ராதிகா, தன
வெற்றியின் ரகசியத்தை
இங்கே பகிர்ந்து
கொள்கிறார்.

என் மகள் ரேயான் பிறந்திருந்த நேரமது. அவளை வீட்டுல விட்டுட்டு, சினிமா ஷூட்டிங், டப்பிங்னு போகும் போதெல்லாம் குற்ற உணர்வு என்னை வாட்ட ஆரம்பிச்சது. குழந்தையைக் கிட்ட இருந்து பார்த்துக்கணும், அதேசமயம் தொழிலும் பாதிக்கப்படக் கூடாதுன்னா என்ன செய்யணும்னு நினைச்சப்போ உதிச்சதுதான் டெலிசீரியல் ஐடியா! ஒரு சீரியல் பண்ணினேன். நிறைய ஏமாந்தேன். அதிலிருந்து நிறையக் கத்துக்கிட்டேன். 'இதி கதா காது'ங்கிற பெயரில், தெலுங்குல ஒரு மெகா சீரியல்... 'சித்தி'யை விட சூப்பர் ஹிட் ஆச்சு!

சின்னத்தி

அதற்கப்புறமும் ஸ்க்ரிப்டும் கையுமா நான் ஏறி இறங்காத டீ.வி. நிலையமே கிடையாது. தன்னம்பிக்கையோட முட்டி மோதினேன். சிறு சாளரங்கள் வழியே கொஞ்சமா வெளிச்சம் கிடைச்சது. 'ராடன்'னா தரமான நிகழ்ச்சிகள்தான் தரும்னு நிரூபிக்க, நிறைய உழைக்க வேண்டியிருந்தது. இன்றைக்கு 'இளவரசி', 'செல்லமே' இரண்டுமே டி.ஆர்.பி.ல முதல்ல இருக்கு. அதுக்கு எங்க ராடன் டீமுக்கு வாழ்த்துக்களைத் தெரிவிக்கிறேன்.




செலலம!
-ராதிகா

தொழில்



காலையில எழுந்தா, நைட்டு படுக்கையில விழற வரைக்கும் கடியாரத்துல இருக்குற சின்ன முள்ளுக்கு நிகரா, ஓடிக்கிட்டேயிருக்கணும். நின்னா போச்சு!

இன்னிக்கு என்ன நாள், எதுக்கு முக்கியத்துவம் தரணும், எதையெல்லாம் முடிச்சே ஆகணும், அந்தப் பொறுப்பை யார்கிட்ட விடணும்ங்கிறதைத் தீர்மானிக்கிறதுலதான் அந்த நாளோட வெற்றியே அடங்கியிருக்கு. அதனால முதல் நாளே அதை

அரசியல்



நான் என்னிக்குமே அரசியல்வாதி கிடையாது. சமூக உணர்வுள்ள ஒரு பிரஜை மட்டுமே! எனக்குப் பிடிச்ச தலைவர் கலைஞர்தான். கலைஞர் மட்டும்தான். தி.மு.க.வுக்காக நான் தேர்தல் பிரசாரம் பண்ணியிருக்கேன். கிராமங்கள் தோறும் விடிய விடிய மேடைகளில் பேசியிருக்கேன். என்னோட தேர்தல் பணிகளைப் பார்த்து வியந்து போன கலைஞர், ஒரு நாள் என்னைக் கூப்பிட்டு ''உனக்கு சீட் வேணுமா?''ன்னு கூட கேட்டாரு.

ஆக்டிவ் பாலிடிக்ஸ்ல எனக்கு என்னிக்குமே ஆர்வம் இருந்தது கிடையாது. என் கணவர் சரத்குமார், அதிரடியா அரசியல்ல இறங்கினப்போ ''இப்ப எதுக்குங்க... அவசியமா?''னுகூட கேட்டேன். ஆனா அவர் உறுதியா இருந்தாரு. சரத்குமார், தெளிவான சிந்தனை கொண்டவர். அவரோட சமூகப் பொறுப்பு, செயல் திறமை, இதையெல்லாம் அறிந்தவள்ங்கிறதாலேயே அவருக்குத் துணையா இருக்க முடிவு செஞ்சேன்.

மற்றபடி, நாங்க வீட்டுல அரசியல் பேசறதில்ல... தினமும் காலையில எழுந்ததும், நாளிதழ்கள்ல வர்ற செய்திகளைப் பற்றி கருத்து பரிமாறிப்போம். அப்ப கொஞ்சம் அரசியல் பேசுவோம். மற்றபடி, அவரது கட்சிப் பணிகள்ல நான் தலையிடறது கிடையாது.

இப்பதான் எனக்கு ரொம்ப பிடிச்ச சப்ஜெக்ட்டுக்கே வந்திருக்கீங்க. 'மை வர்ல்ட் ஈஸ் ஃப்ரெண்ட்ஷிப் ஃப்ரெண்ட்ஷிப் ஈஸ் மை வர்ல்ட்!' நல்ல நண்பர்கள், தோழிகள் வாய்க்கிறது பெரிய பேறு! பார்ட்டியோ, ஷாப்பிங்கோ, டூரோ, ஃப்ரெண்ஸோட போறதுன்னாலே தனி மஜாதான்! ராதிகான்னாலே குறும்பு, கலகலப்புன்னு பேர் வந்துட்டதனால, நான் போகலைன்னா விடவே மாட்டாங்க!

சமீபத்துல 'ஜக்குபாய்' படம் இன்டர்நெட்டில் வெளிவந்தப்போ, ஆடிப் போயிட்டோம். எத்தனைப் பணம், எவ்வளவு உழைப்பு... இப்படிப் பாழாக்கிட்டாங்களேன்னு துக்கம் தாளாமல் அழுதுட்டேன். அப்ப, தமிழ்த் திரையுலகமே எங்களுக்குத் தோள் கொடுத்துச்கப் பாருங்க! அதுக்கு நிகரா பத்மஸ்ரீ, பத்மவிபூஷன் எல்லாம் ஒண்ணுமேயில்லை! அவ்வளவு நெகிழ்ந்து போயிட்டோம்!

யெல்லாம் லேப்டாப்பில் பதிவு செஞ்சுக்கிட்டுதான் தூங்கவே போறேன். 'டைம் மேனேஜ்மென்ட்', 'க்ரைஸிஸ் மேனேஜ்மென்ட்', 'ஹ்யூமன் ரிசோர்ஸஸ் மேனேஜ்மென்ட்' இந்த மூன்றையும் கலந்துக்கட்டி நிர்வகிக்க, எனக்குப் பயிற்சி வந்துவிட்டதால்தான் எங்க நிறுவனம் 'கார்ப்பரேட்' கம்பெனியா நல்லபடியா ஓடிக்கிட்டிருக்கு!

என்னுடைய எல்லா வெற்றிகளுக்கும் அடிப்படை உற்சாக ஊற்றா இருக்கிறது என் குடும்பம்தான். சரத்குமாரின் மகள்களான வரலக்ஷ்மியும், பூஜாவும் எங்களுடன் தான் இருக்காங்க. மூன்றுப் பெண்களிடமும் நாங்கள் எதையும் திணிப்பதில்லை. அவர்கள் அவர்களாகவே வளர்ந்து மிளிர உதவுகிறோம்... தட்ஸ் ஆல்! என் மகன் ராகுல்தான் கொஞ்சம் வால்! ஆறு வயசு ஆகிறது. ரொம்ப ஸ்மார்ட்! எனக்கு அதிகம் டென்ஷன் கொடுக்கிறது இவன்தான்!



அன்னிக்கு அப்படித்தான் வீட்டுல டீ.வி. பார்த்துக்கிட்டே நான் ஏதோ வேலையாயிருந்தேன். 'செல்லமே' ஒளிப்பரப்பாச்சு! அதுல நான் மயக்கம் போட்டு விழுற மாதிரி காட்சி... ''வேணாம்.. இந்தச் சீரியல் வேணாம்... கேன்ஸல் பண்ணுங்க!''ன்னு அலறிக்கிட்டே சேரை எடுத்து, டீ.வி. மேலே ஒரே வீச்சு! டீ.வி. ஸ்கிரின்ல விரிசலே விழுந்துடுச்சு.

நான் ரொம்ப நல்லா சமைப்பேன். சாதா சமையல்ல இருந்து, கேக்ஸ், பேக்ஸ்னு கூட வெரைட்டியா செய்வேன். விடுமுறை நாட்கள்ல என் கையால சமைச்சு, குழந்தைகளுக்கும் கணவருக்கும் பரிமாறி அவர்கள் ஆசையாகச் சாப்பிட்டாலே என் மனமும் வயிறும் நிறைஞ்சிடும்.

இந்த பிப்ரவரி 4ம் தேதி எங்களுடைய ஒன்பதாவது திருமணநாள் வந்தது. அன்றைய தினம், ஷீரடியில் உள்ள சாயி சமஸ்தானுக்குப் போக நினைத்திருந்தோம். இரண்டு பேருக்குமே ஏதேதோ வேலைகள்! தரிசிக்க முடியவில்லை. மயிலாப்பூர் ஷீரடி சாயி பாபா கோயிலுக்குப் போய் சேவித்துவிட்டு வந்தோம். ரொம்ப நிறைவாக உணர்ந்தோம்.



ரஜினி, கமல், சூர்யா, விஜயகாந்த், விவேக், வடிவேல்னு எத்தனை எத்தனை ஆதரவுக் கரங்கள் எங்களது கண்ணீரைத் துடைக்க ஓடிவந்தன தெரியுமா? உண்மையிலேயே என்னோட முப்பது வருஷ சினிமா வாழ்க்கையில, நான் சம்பாதிச்ச மிகப் பெரிய சொத்தா நினைக்கிறது இந்தத் தூய நட்பைத்தான்!

ஆன்மிகம்



வாழ்க்கைன்னாலே, சிரிப்பு, அழுகை, உழைப்பு, வெகுமதி, நல்லது, கெட்டது எல்லாம் கலந்து வர்றது தானே! முன்பெல்லாம் ஏதாவது வேண்டாதது நடந்தா, மனசுக்குக் கஷ்டமா இருக்கும். இப்ப, ஏதோ கர்மவினை; இதுவும் கழிந்து போயிடும்னு தைரியம் வந்துடுச்சு! மயிலாப்பூர்ல இருக்குற ஷீரடி சாய்பாபா கோயிலுக்குப் போவோம். அவரது முகத்தைப் பார்க்கும் போதே, மனசு இலேசாயிடும். எல்லா பாரத்தையும் அவர் மேலே வெச்சுட்டு வந்துடுவேன். திராவிடப் பின்னணியுள்ள குடும்பத்துப் பெண் நான். இருந்தாலும் சாமி பக்தி எல்லாம் உண்டு. பெருமாளைக் கும்பிடுவேன். தினசரி தியானம் செய்வதுண்டு. அந்தத் தியானப் பயிற்சியால, மனசுக்குள்ளே சில சமயம் உள்முகப் பயணம் போறதும் சாத்தியமாயிருக்கு!

வாழ்க்கையின் எல்லா கட்டங்களிலும் நான் நானாகவே இருக்கிறேன். அதனால்தான் ஆயிரம் மேடு பள்ளங்கள் தாண்டியும் வாழ்க்கை கொண்டாட்டமாகவே போகிறது!



நீங்க விரும்பி உபயோகிக்கும் சென்ட் எது?

சேனல்

சமீபத்தில் படித்த புத்தகம்?

கலேத் ஹுசைனியின் 'தௌஸன்ட் ஸ்ப்ளென்டிட் சன்ஸ்!'

தமிழில் உங்களைக் கவர்ந்த பழைய நடிகை - புது நடிகை?

சாவித்ரி, சரோஜா தேவி, த்ரிஷா

உங்க் கணவரை எப்படி அழைப்பீங்க?

மாமா (செல்லமாக) ஷரத்த்... (கோபமாக)

சுற்றுலா செல்ல விரும்பும் அயல்நாடு?

லண்டன்

பெண்களுக்கு மகளிர்தின மெசேஜ் ஒண்ணு சொல்லுங்க?

முதலில் உங்களை நீங்களே மதியுங்க!

- மங்களேஸ்வரி

படங்கள் : **யோகா**

ஒற்றை வரி பதில்கள்!



ஐம்பதிலும் பாட்



நியூஜெர்ஸியிலிருந்து எங்கள் மகன், மருமகள், பேத்திக உரையாடினார்கள். என் இளைய பேத்தி வித்யா, ''தாத்த இந்த வருடம் கிளீவ்லாண்ட் தியாகராஜா ஆராதனையி ஐம்பது வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களுக்காக ஒரு பு பாட்டுப் போட்டியை அறிமுகம் செய்திருக்காங் 'பர்னிஷ்ட் கோல்ட்' என்று பெயர், நீங்க கட்ட யம் பங்கு பெறணும்'' என்றாள் ஆர்வத்துட

''இந்த வயதில் காம்படிஷனா?'' என் தோன்றியது. ஆயினும் சமாளித்து கொண்டு ''கவலைப்படாதே, அடுத் வருடமும் 70 வயதுக்கு மேற்பட்டவ களுக்கு கட்டாயம் 'பர்னிஷ்ட் பிளாடின என்று ஒரு பிரிவை வைப்பார்கள். அதி போட்டியிடுகிறேன்'' என்றேன்.

நியூஜெர்ஸி போய்ச் சேர்ந்தது போட்டியில் பெயரைக் கொடுத்தே போட்டி விதிகள்படி ஐந்து பாட்டுக கொண்ட பட்டியல் கொடுக்க வேண்டு மூன்று தியாகராஜர் கிருதிகளுட முத்துஸ்வாமி தீக்ஷிதர் கிருதி ஒன்று சியாமா சாஸ்த்திரி கிருதி ஒன்றும் கொடுத்தேன்.

போட்டிக்கு ஒரு வாரம் தான் இருந்தது. காலையிலும் மாலையிலும் ஐந் பாட்டுக்களையும் பாடிப் பார்க்கலானேன். பக்கத்து அறையிலிருந்து என் மனைவியி குரல், பலமாக ''சுருதி சேரவில்லை!'' என்று ஒலித்தது. சுருதிப் பெட்டியின் 'வால்யூமை சற்று உயர்த்தி வைத்துக் கொண்டு பாடினேன். ''கீழே போகும்போது எட்டுகிறது மேலே போகும்போது எட்டுவதில்லை'' என்று என் மனைவி, இன்னும் பலத் குரலில் சொன்னாள். ''சரி, பாக்கி சுருதியை நாளை சேர்த்துக் கொண்டு பாடுகிறேன் என்றேன். அடுத்த நாளும் இதேகதி.

மறு நாள் என்னை உட்கார வைத்து என் மனைவி, எனக்கு 'ஆதி', 'ரூபகம் 'கண்டசாபு', 'மிச்ரசாபு' என்று பலதாளங்களைப் புகட்ட யத்தனித்தாள். ஆனா அவைகள் ஒவ்வொன்றும் எனக்கு ஒவ்வொரு பூதம் போலக் காட்சி அளித்தன தொடையில் அடித்துப் போட்டுப் பார்த்தாலும், கைகளைக் காற்றில் வீசிப் போட்டு

சீனியர் ஸ்பெஷல்

ரம்!

பார்த்தாலும் தாளங்கள் மசியவில்லை.

ஒரு யுக்தி தோன்றியது. என் மனைவியிடம் 'இன்ஃபினிடி' எனும் பரம்பொருளை 'பைனைட்' தாளங்கள் மூலம் அளக்க முடியாது என்று நிரூபிக்கத்தானே தாளங்கள் உள்ளன? எனக்கு இத்தத்துவம் ஏற்கெனவே தெரியும். தாளங்கள் மூலம் தெரியவேண்டிய அவசியமில்லை'' என்றேன்.

கிளீவ்லாண்டுக்குச் செல்ல வேண்டிய நாள் வந்தது. ''மறக்காமல் 'காம்படிஷன்'போது ஜரிகை வேஷ்டி, ஜிப்பா போட்டுக் கொள்ளுங்கள்'' என்றாள் மனைவி. ''இதுதான் பாக்கி'' என்று அங்கலாய்த்துக் கொண்டேன்.

கிளீவ்லாண்ட், ஸ்டேட் யுனிவர்ஸிட்டியின் மியூஸிக் ஹாலில் நடந்தது. குளிர் உடம்பை நடுக்கியது. குளிரில் பாடினால் குரலில் 'பிருகா' நன்றாகக் கேட்கும் என்று 'பாட்டு கெஜம் என்னவிலை' என்று கேட்கும் பள்ளிக்கூட நண்பன் ஒருவன் சொன்னது ஞாபகத்துக்கு வந்தது. ஹாலைப் பார்த்ததும் சற்று திகிலாயிற்று. ஒரே கூட்டம். எனக்கு 'குப்'பென்று வியர்த்தது.

ஆயினும் சமாளித்துக் கொண்டு மேடை ஏறினேன். சியாமா சாஸ்த்ரியின் 'கருணாஜூடு' எனும் பாட்டைப் பாடினேன். தியாகராஜர் பாட்டை சுலபமாக முழுங்கக்கூடிய திராக்ஷைப் பழத்துக்கும், முத்துஸ்வாமி தீக்ஷிதரின் பாட்டை உரித்த பிறகே சாப்பிடக்கூடிய வாழைப் பழத்துக்கும், சியாமா சாஸ்த்திரியாரின் பாட்டைத் தேங்காயை உடைத்த பிறகே அருந்தப்படும் இளநீருக்கும் ஒப்பிடுவார்கள். சுருதிப் பெட்டியின் நாதம், மைக்கில் கணீரென்று ஒலிக்க, சுருதியுடன் சேர்ந்து பாட முடிந்தது. பாட்டு முடிந்ததும் ஒரே கரகோஷம்.

அடுத்த நாள் பரிசு வழங்கல். முதியோர்களின் பாட்டுப் போட்டியில் இரண்டு பேர்களுக்கு முதற் பரிசு வழங்கினார்கள். சாரதா கணபதி என்ற பெண்மணிக்கும் எனக்கும் பரிசுகளைப் புல்லாங்குழல் மேதை என்.ரமணி வழங்கினார்.

பரிசு பெற்று மேடையில் நிற்கும்போது நான் தேவியிடம் முறையிட்டுப் பாடின 'கருணஜூடு நின்னு நம்மின வாடு காதா' (என்பால் கருணை காட்டு தேவி, நான் உனை நம்பி இருப்பவனல்லவா?) என்ற பாட்டு ரீங்காரம் செய்தது. அன்னை பராசக்தியைத் தலை வணங்கி நின்றேன்.

- பி.பி.காந்தன்,
பெங்களூரு



எதனோடும் பெண்ணை ஒப்பிடாதே. எல்லாவற்றையும் விட உயர்ந்தவள் பெண்.

- கார்லைல்

தகவல்: எஸ்.விஜயா சீனிவாசன், திருச்சி

பெண் மொழி!



பவானி, பெங்களூரு

மூட்டுவலிக்கு வலியில்லாமல் நிவாரணம்

20 மில்லியன் அமெரிக்கர்கள் ஆஸ்டியோ ஆர்த்ரைடிஸ் எனும் மூட்டுவலியினால் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். முழங்கால் மூட்டு பாதிக்கப்படுவதாலும், வயோதிகத்தினாலும் இந்நோய் ஏற்படுகிறது. இந்நோயின் காரணமாக மூட்டில் உள்ள மென் எலும்பு – கார்டிலேஜ் (Cartilage) சிதைதலும், எலும்புகளின் முடிவில் புதிய குறுத்தெலும்பு வளர்ந்தும் காணப்படும். கார்டிலேஜ் எனும் மென் எலும்பும், சினோவியல் திரவமும் சேர்ந்து இரண்டு எலும்புகளுக்கு இடையில் வழுக்கும் தன்மையைத் தருகிறது. கார்டிலேஜ் எலும்பு தேய்வடையும் போது மூட்டுவலியும், க்ளக் என்ற சத்தமும் கேட்கும். இந்நிலை நீடிக்கும்போது மூட்டு வலி அதிகமாவதால் நடக்க முடியாமல் போய்விடும்.



55–வயதிற்கு மேல் ஆண் – பெண் இருபாலருக்கும் ஆஸ்டியோ ஆர்த்ரைடிஸ் வரலாம். ஆனால் பெண்களுக்கு அதிக வாய்ப்பு உள்ளது. விளையாட்டில் ஈடுபட்டு அதிகமான மூட்டு அயர்ச்சி உள்ளவர்களுக்கு வரும் வாய்ப்பு அதிகமாகிறது. இந்நோய்க்கு முதல் காரணம், நிறைய நடப்பதாலும், ஓடுவதாலும், உடல் பருமன் அதிகம் இருப்பதாலும் மூட்டு தேய்வதுதான்.

இரண்டாவதாக வளர்சிதை மாற்ற பாரம்பரியம் மற்றும் உடலின் வேதிய மாற்றத்தினாலும் வரலாம். ருமா ஆர்த்ரைடிஸ் மற்றும் ஹிமோகுரோ மாடோஸிஸ் போன்ற நோய்களின இந்நோயின் தீவிரம் அதிகமாகலா ஆஸ்டியோ ஆர்த்ரைடிஸினால் அதிகம பாதிக்கப்படும் மூட்டு எலும்புகள் இடுப கை, கால், கழுத்து, விரல்கள் கட்டைவி கால்முட்டி எலும்புகளாகும்.

சோதனை கூட ஆய்வுகள் :

மருத்துவரின் நே பரிசோதனைமூலமு X–ரே மூலமும் நோயி தீவிரத்தை தெரிந் கொள்ள முடியும். மேலு பின்வரும் சில ஆய்வு மூலமும் கண்டறியலா

1. ருமடாய்டு கார (RF)
2. சினோவிய திரவத்தின் ஆய்வு
3. எரித்ரோசைட் தரம் (Sed. rate or ESR)
4. C–ரியாக்டிவ் புரத்தின் ஆய்வு
5. இரத்தத்தின் தரம்
6. Comprehensive Metabolic Panel (CMP

ஆய்வுக்கூடமல்லாத ஆய்வுகள்

1. பாதிக்கப்பட்ட மூட்டு எலும்பி தரத்தையும் கார்டிலேஜ் எனும் மெ எலும்பின் தேய்மானத்தையும் X–ரே மூல அறியலாம். ஆனால் ஆரம்ப நிலையி

நத்துல்லியமாகத் தெரியாது.

MRI - எனும் புகைப்படம் மூலம் மிகத் துளிவாக அறிய முடியும்.

ஊசி துளைக்காத தீர்வு :

எமிட்ரான் என்ற PST சிகிச்சை மூலம், ஊசி துளைக்காமல் பல விதமான ர்த்ரைடிஸ் நோய்களைக் குணப்படுத்த டியும். இந்த உபகரணம் குறைந்த நுண் லைகள் மூலம் (Electro Magnetic Field) திக்கப்பட்ட டத்தை மன்மையாக திர்வுறச் சய்து சிகிச்சை சய்கிறது.



கார்டிலேஜ் ற்றும் சில சுக்கள் நம் டலில் உள்ள னைத்து லும்புகளையு பாதுகாத்து வலை செய்ய தவுகிறது. திகப்படியான யன்பாட்டின் காரணமாக ாதிக்கப்படுகிறது. இவை பாதிக்கப்படும் ஆரம்ப நிலையிலேயே ஒருவித லக்ட்ரோ மேக்னடிக் நுண் அலைகளை ருவாக்கி தசைகளும் நுண் லும்புகளும் பாதிக்கப் பட்டிருப்பதை மக்கு அறிவுறுத்தும், கவனிக்காமல் பாகும் பட்சத்தில் அதிக வலியும், மட்டும் பாதிக்கப்பட்டு வேலை செய்ய மடியாத நிலைக்கு போய்விடும்.

எமிட்ரான் PST சிகிச்சை இயற்கை நுண் அலைகளை செயற்கையாக தூண்டி எலும்பு மற்றும் தசைகளை பழுதுபார்க்க உதவுகிறது. இதனால் நூற்றுக்கணக்கான ஆர்த்ரைடிஸ் நோயாளிகள் பயனடைந்து இயல்பு வாழ்க்கை வாழ முடிகிறது. பல மருத்துவ நாளிதழ்களும் இந்த எளிய சிகிச்சையின் பலன்களை பிரசுரித்துள்ளன.

சென்னையில் ஆக்ஸிமெட் மருத்துவமனையில் இந்த எமிட்ரான் சிகிச்சை முறையை முதல் முறையாக அறிமுகப்படுத்தியுள்ளனர். மற்றும் ஓர் ஊசி துளைக்காத சிகிச்சை முறையையும். அறிமுகப்படுத்த உள்ளனர்.

இங்கு 15 நாட்களில் 1 மணி நேர சிகிச்சை மூலம் ஆர்த்ரைடிஸிற்கு வலி இல்லாத, அறுவை சிகிச்சை இல்லாத, மருத்துவமனையில் தங்கும் தேவையில்லாத நிரந்தர தீர்வளிக்கிறார்கள். 70% மக்கள் இந்த சிகிச்சைக்கான செலவும் குறைவு என்று பாராட்டுகிறார்கள்.

மேலும் விவரங்களுக்கு

OXYMED HOSPITALS
PRIVATE LIMITED
CLOSE TO YOUR HEART
Phone : 42131010 / 1014 / 1016
email : oxymedhospitals@yahoo.com
www.oxymedhospital.in

Advt

இட்லி மாவில், அரை பாக்கெட் சேமியாவை நெய்விட்டு வறுத்து மூன்று மணி நேரம் ஊறவிட்டு இட்லி வார்த்தால் குழந்தைகள் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

– பிரேமலத மகாதேவன்
தேனி

மற்றவர்களின் தேவைகளை நிறை வேற்ற ஓடி ஆடி வேலை செய்யும் இல்லத்தரசிகள், தங்களுக்காகவும் ஒரு பத்து நிமிடத்தை ஒதுக்கி, சரியான நேரத்துக்கு சாப்பிட பழகவேண்டும். குடும்ப வண்டியை இழுத்துச் செல்வது ஆண்களாயினும் அச்சாணியாக இருப் பது நீங்கள்தான்.

– கவிதா, மதுரை

பனிகாலத்தில் தொண்டைவலி அதிகமாக வரும். இதற்கு மிகவும் எளிமையான வைத்தியம் இருக்கிறது. சுண்ணாம்பையும், விளக்கெண்ணெ யையும் ஒன்றாகக் குழைத்து, சூடு செய்து தொண்டையில் தடவினால் சரியாகிவிடும்.

– பி.நாகலக்ஷ்மி, சென்னை

பாலில், மஞ்சள் தூள் கலந்து சாப் பிட்டால் புற்று நோய் வராமல் ஆரோக்ய மாக வாழலாம். இந்த உண்மையை, ஹைதராபாத்தில் உள்ள சத்துணவு மையம், சமீபத்தில் கண்டுபிடித்துள்ளது.

இவை எல்லாமே



ுன்றாட உணவில் மஞ்சள் தூள் சேர்த்து
மைத்தால், மூட்டு வலியும் வராது.

– என். தாஜ்நிஷா,
காயல்பட்டினம்

பர்னரைப் பற்ற வைக்கும்போது, சில
மயம் இரைச்சலான சத்தம் கேட்ப
ண்டு. அப்போது, பர்னரை வாயால்
ஊதினால் சத்தம் சத்தமில்லாமல்
றைந்துவிடும்!

– ரேவதி வாசுதேவன்,
தஞ்சாவூர்

நெடுநாள் பயணம் செய்து போக
வண்டிய [தபால்] கடிதங்களில் நாம்
ழுதும் விலாசங்கள், பெயர்கள்
ழிந்துபோக வாய்ப்பிருக்கிறது. இவை
ழியாமல் இருக்க வண்ணமற்ற நகச்
ாயத்தால் எழுத்துக்களின் மீது மீண்டும்
ருமுறை எழுதுங்கள். நாள் பட்டாலும்
ழுத்துக்கள் அழியாமல் தெரியும்.

– என்.ஜரினா பானு,
திருப்பட்டினம்

ஹா 50 தான்!





ரூ.15,000 பரிசு

சேலை சேலஞ்ச் - 5 பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலிகள்!

விடைகள்:

1. இலங்கை 2. குளிர்ச்சியான, உலர்ந்த இடம் 3. பருத்தி புடைவை 4. சரஸ்வதி 5. சிலப்பதிகாரத்திலேயே புடை பற்றிய குறிப்புகள் இடம் பெறுகின்றன.

பாலம் சில்க்ஸ் வழங்கும் ரூ.15,000/- மதிப்புள்ள பரிசு கூப்பன்களை பெறும் அதிர்ஷ்டசாலிகள்:

1. கிரிஜா மோகன் - சென்னை - 24, 2. சி.வசந்தி மதிவாண - தர்மபுரி, 3.அமுதா முருகேசன் - சென்னை - 31, 4. ஹேம ஜெகந்நாதன் - கொல்கத்தா, 5. ஜி.எஸ்.பார்வதி - கொச் 6. ம.தமிழ்ச்செல்வி - கல்பாக்கம், 7. மீனா முருகன் - நாகர்கோயி 8. ராஜேஸ்வரி - பெங்களூரு, 9.கே.ஸ்ரீநிவாஸன் - கரு 10. ஆர்.விசாலாட்சி - மும்பை

மார்ச் பதினைந்தாம் தேதிக்குள் பரிசுக் கூப்பன்கள் அனுப் வைக்கப்படும். தங்களுக்குக் கூப்பன் கிடைத்ததும் கடிதம் அல்ல தொலைபேசி மூலமாக எங்களுக்குத் தெரிவிக்கும்படி கேட்டு கொள்கிறோம்.

- ஆ

★ அகலமான பாத்திரத்தில் சுத்தமான தண்ணீரை ஊற்றி அதில் சிறிது வேப்பிலை மஞ்சள் தூள் போட்டுக் கொதிக்க விடவும். பிறகு பாத்திரத்தை இறக்கி, நன்கு வியர்க்கு வரை முகத்தில் ஆவி பிடித்து குளிர்ந்த நீரில் முகத்தைக் கழுவவும். முகத்தில் உள் அழுக்கு வெளியாகும். பரு வருவதும் குறையும். இரண் மாதங்களுக்கு ஒருமுறை தான் இதைச் செய்ய வேண்டு

★ தினமும் இரவு, உலர்ந்த திராட்சை எட்டு எடுத் தண்ணீரில் ஊற வைத்து, காலையில் வெறும் வயிற்றி சாப்பிடவும். ரத்தம் சுத்தமாகும். முகம் 'பளபள'என் மின்னுவதோடு பருக்கள் வராமலும் தடுக்கும்.

★ உருளைக்கிழங்கை சன்னமாக நறுக்கி, வெ லில் காயவிடவும். அதை மிக்ஸியில் பொடியாக் தினமும் முகம், கை உறுப்புகளில் தேய்த்து நன்றாக காய்ந்ததும் கழுவி விடுங்கள். பத்து நாட்கள் தொடர்ந் செய்து வந்தால், மாசுமருவற்ற சருமம் கிடைக்கும்

- ஹசீனா பானு

ஈரோ



பளிச் முகத்துக்கு பளீர் டிப்ஸ்!...

வாங்க, தெரிஞ்சிக்கலாம்

நான் மிகவும் பாதுகாப்பானவன்
உங்கள் சமையலின் துணைவன்

வணக்கம்! சாப்பாட்டுல சுவையை கூட்டணும்னா என்னைத்தான் எல்லோரும் நாடி வரீங்க, இருந்தாலும் என் பெயரை கேட்டவுடனே ஏனோ ஒரு சிலருக்கு ஒருவித தயக்கம் எந்தவித சந்தேகமும் வேண்டாம், ஏன்னா நான் ஒரு பாதுகாப்பான உணவுப் பொருள்.



என் வேலையே சாப்பாட்டுல டேஸ்டை அதிகப்படுத்தி உங்க எல்லோரையும் சந்தோஷமாக சாப்பிட செய்யறது தான்.

என் பெயர் மோனோசோடியம் குளுட்டமேட். என்னை தயாரிக்கிற கம்பெனி பெயர் "அஜினோமோட்டோ". பிராண்ட் பெயரும் அதுவே. உடம்புக்கு தேவையான அமினோ அமிலங்களிலே மிக முக்கியமானவைகளில் குளுட்டமிக் அமிலமும் ஒன்று

தாய்பாலில் நான் அதிக அளவில் இருப்பதாலேயே குழந்தைகள் தாய்பாலை மிகவும் ருசிச்சி குடிக்கிறாங்க. நீங்க வீட்ல தினசரி தயாரிக்கிற இட்லி, தோசை, தயிர் ஆகியவற்றை தயாரிக்கிற Fermentation முறையிலேயேதான் கரும்பு, மரவள்ளிக்கிழங்கு ஆகியவற்றை உபயோகித்து என்னை தயாரிக்கறாங்க, அதனால நான் 100% சுத்த சைவம் மற்றும் இயற்கையானவன்.

நான் கால்பதித்து தவழ்ந்து வளர்ந்து வந்தாலும், சமயத்தில சில வதந்திகள் உண்மைக்கு புறம்பா வெளிவருவதாலே,என்னை யூஸ் பண்ண தயங்குறவங்களும் உண்டு. இந்த உணவின் சுவையை கூட்டும் குளுட்டாமிக் அமிலத்தை, அதாங்க என்னை, மோனோசோடியம் குளுட்டமேட்ன்னு ஜப்பானியர் தயாரிக்க ஆரம்பிச்சாங்க. நான் ஜப்பானில் பிறந்து 100 வருஷம் ஆனாலும், இந்தியாவுல நான், சிறு குழந்தைதான், ஏன்னா நான் இங்க கால்பதிச்சதே 2003லதான். என்னை "அஜினோமோட்டோ "ன்னு பிரபலப்படுத்தி இருக்கிறதாலே, என் பெயர் எல்லா நாடுகளிலும் ரொம்ப பிரசித்தி பெற்றதாகும்.

கொஞ்சம் யோசிச்சி பாருங்க, நான் கெடுதல் செய்யற பொருளா இருந்திருந்தா என்னால 100 வருஷம் தாக்குபிடிச்சி இன்னமும் வளர்ந்துகிட்டே இருக்க முடியுமா? இதுக்கு மேலே என்னை 105 நாடுகளிலே உபயோகிச்சிகிட்டு இருக்கறதால அக்கறையோடு மக்களுக்கு சுவை கூட்டற சேவையை நல்லபடியா பண்ணிட்டு இருக்கேன்.

விஞ்ஞான அடிப்படையிலே உலக சுகாதார நிறுவனம் (WHO), உலக உணவு & வேளாண்மை நிறுவனம், (FAO), அமெரிக்க மருந்து மற்றும் நிர்வாக நிறுவனம் (USFDA), இந்திய உணவு ஆராய்ச்சி கழகம் என எல்லா அமைப்புகளும் (மோனோ சோடியம் குளுடமேட்) என்னை பாதுகாப்பானவன் என சான்றளித் துள்ளனர்.

எல்லா நாடுகளிலும் நான் பாதுகாப்பானவன், என்பதை உணர்ந்து தான் இன்றைக்கும் எல்லா வீடுகளிலும் சமையலில் அடிக்கடி சேர்க்கறாங்க

நாங்களும் சளைத்தவர்கள் இல்லை என்று இந்தியாவிலும் என்னை சமையலில் சேர்த்து, சாப்பிட்டு மகிழ்வது, எனது பாதுகாப்பு தன்மைக்கு கிடைத்த மிகப்பெரிய அங்கீகாரம்.

என்னை, நம் இந்திய உணவு வகைகளான, பொரியல், கூட்டு, வறுவல், சாம்பார், குழம்பு, ரசம், பிரியாணி, புலாவ், குருமா, பஜ்ஜி, போண்டா, பக்கோடா, வடை, கட்லெட், சமோசா, சிப்ஸ் போன்ற சைவ வகைகளிலும், அனைத்து அசைவ உணவுகளிலும் யூஸ் பண்ணி டேஸ்ட்டை சூப்பரா ஆக்கலாம்.

என்னை, உப்பு, காரம் சேர்த்து தயார் செய்யற எல்லா வகை சமையலிலும் மூன்று பேருக்கு 1 டீஸ்பூன் அளவில் சேர்க்கணும்.

என்னை பத்தி நீங்க, இப்ப நல்லா தெரிஞ்சிகிட்டிருப்பீங்கன்னு நம்புறேன். உங்க வீட்டு சமையலிலே என்னை யூஸ் பண்ணி நல்ல விருந்து போன்ற சாப்பாட்டு டேஸ்டை நீங்க ஏன் தினம், தினம் உங்க குடும்பத்தார் எல்லோருக்கும் கொடுத்து, அவங்களையும் சந்தோசப்படுத்தி நீங்களும் ஆனந்தமா இருக்க கூடாது? இனி விக்கே அஜினோ மோட்டோவான என்னை உங்க friendடா ஏத்துக் கிட்டு டெய்லி யூஸ் பண்ணுங்க.

உங்க அஞ்சறை பெட்டியிலே எனக்கு ஒரு இடத்தையும் கொடுத்தா நான் நன்றியுள்ளவனாக உங்க சாப்பாட்டை இன்னும் டேஸ்டா மாத்திடுவேன்



Since1909

உங்களுக்கு என்னை பத்தி மேலும் தெரிஞ்சிக்க கூப்பிடுங்க – 044 – 2904 2100

நான் 1ரூ, 2ரூ, 5ரூ, 15ரூ பாக்கெட்டுகளில் மட்டுமே கிடைப்பேன். சிகப்பு கிண்ண முத்திரையே எனது அடையாளம். கடைக்காரங்க என்னை லூசில, பொட்டலம் கட்டி கொடுத்தா அதை தயவு செஞ்சி வாங்காதீங்க, ஏன்னா அதில கலப்படம் இருக்குங்க!



ஜொலிக்கிறாங்க!

ராஜாத்தி அம்மாள்

உங்க மதிப்பில் அன்றும் இன்றும் பெண்கள் எப்படியிருக்காங்க ?

அந்தக் காலத்துல பொண்ணுங்க எல்லாத்துக்குமே ரொம்ப பயப்படுவாங்க. அதற்கு காரணம் அவங்க வளர்ந்த சூழ்நிலை. எங்க வீட்ல, நான் தான் கடைசிப் பொண்ணு. எங்கம்மா, என்னை ரொம்பவே பொத்திப் பொத்தி தான் வளர்த்தாங்க.

ஆனா இந்தக் காலத்துல அப்படியெல்லாம் இல்ல. பெண்களுக்கு அதிகமாவே சுதந்திரம் கொடுத்திருக்காங்க. அவங்களும் அந்த சுதந்திரத்தை நல்ல விதமா பயன்படுத்தி வாழ்க்கையில் மட்டுமல்ல; எல்லா துறையிலும் சாதனைப் படைக் கிறாங்க. அதற்குக் காரணம் ஜெயிக் கணும்கிற மனஉறுதிதான். அந்த உறுதி என்கிட்டேயும் இருக்கு.

1976ஆம் வருஷம் என் பெண்ணை பள்ளிக்கு அழைச்சிட்டுப் போறதுக்காக, நாலே நாளில் மனஉறுதியோடு கார் ஓட்டக் கத்துக் கிட்டேன். அதேபோல என் பிஸினஸிலும் ஜெயிக்கணுங்கிற மன உறுதி இருந்ததால் தான் என்னால வெற்றி பெற முடிஞ்சது. ஒரு தாய், எப்படி தன் கடமையை செவ்வனே செய்யணுங்கிற எண்ணத்தோடு குழந்தையை வளர்ப்பாளோ, அதே கடமை உணர்வை தான் என் பணிகளிலும் காட்டியிருக்கேன்.

இன்றைய பெண்கள் சவால்களோ, சறுக்கல்களோ, அவற்றை எல்லாம் சமாளித்து சகலகலாவல்லியாக உலா வர்றாங்க. விடாமுயற்சி என்னும் படகில், நம்பிக்கை என்னும் துடுப்பைக் கொண்டு தான் அவர்கள் கரையை அடை கிறார்கள்.



...ண்ணெய் பிசுபிசுப்புள்ள கேசத்திற்கான பராமரிப்பு!



★ பனீர் - சீஸ் இரண்டுக்கும் என்ன வேறுபாடு? எப்படி உபயோகப்படுத்துவது?

- எஸ்.வளர்மதி, கொட்டாரம்

இரண்டுமே பாலைத் திரித்துத்தான் தயாரிக்கப்படுகின்றன. பாலைக் கொதிக்க வைத்து எலுமிச்சைச் சாறு, வினிகர், தயிர் போன்றவற்றைச் சேர்த்துத் திரித்து 'பனீர்' தயாரிக்கப்படுகிறது.

வேறுபட்ட மல்டி ஆர்கானிஸம், பாக்டீரியா உபயோகித்து பாலைத் திரித்து சில நாட்கள் அல்லது வாரங்களுக்கு பிராஸஸ் செய்து சீஸின், டெக்ஸ்சர் (Texture) மற்றும் மணம் நிர்ணயிக்கப்படுகிறது.

பனீரைத் துருவி பரோட்டாவாகச் செய்யலாம்; க்யூபுகளாக வெட்டி, பாலக் கீரையுடன் உபயோகிக்கலாம். கெட்டித் தயிர் மற்றும் மசாலாப் பொடிகளுடன் ஊற வைத்து மைக்ரோவேவ் அவனில் டிக்காவாக க்ரில் செய்யலாம்; எண்ணெயில் பொரிக்கலாம்.

சீஸ்களை பீட்ஸாவின் மேல் போட்டு மைக்ரோவேவ் அவனில் 'பேக்' செய்யலாம் (உதாரணம் மொஸரெல்லா சீஸ்) சில வகை சீஸ்களைத் துருவி, பிரட்டுடன் நேரிடையாக டோஸ்ட் செய்யலாம். (உதாரணம்: காட்டேஜ் சீஸ்). மேலும் சில வகை சீஸ்களை, பிரட் ஸாண்ட்விச்சில் பரவலாகத் தடவி உபயோகிக்கலாம். (உதாரணம் க்ரீம் சீஸ்)

★ குறைவான துவரம் பருப்பில் மணமான சாம்பார் செய்யலாமா?

- சியாமளா சுவாமிநாதன், திருவனந்தபுரம்

வாணலியில் ஒரு கப் தனியா, அரை கப் துவரம் பருப்பு, வர மிளகாய் சேர்த்து வறுக்கவும். அதனுடன் நறுக்கிய



வெங்காயம், தக்காளி, பூண்டு (தேவையானால்) சேர்த்து மிக்ஸியில் கெட்டியான விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

புளிநீர் + சாம்பார்பொடி + உப்பு + காய்கள் கொதிக்கையில் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கொதிக்க விடவும். தேவையானால் தேங்காய்த் துருவலும் சேர்த்து அரைக்கலாம். சாம்பார் ருசியாக இருக்கும்.

துவரம் பருப்பு, வர மிளகாய், கொள்ளு, உப்பு சேர்த்து மிக்ஸியில் பொடியாக அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். துவரம் பருப்பு விலை அதிகமாக இருக்கும்போது, குழம்பில் நான்கு டேபிள் ஸ்பூன் போட்டுக் கொதிக்கவிடலாம்.

★ என் பாட்டி, சின்ன வெங்காயம், தக்காளி, புளி, மிளகாய் எல்லாம் சேர்த்து அரைத்து தக்காளி வெங்காயத் தொக்கு செய்வார்கள். வாணலியில் செய்யும்போது ஊறுகாய் கைகளில் தெறித்து புண்ணாகிவிடும். மைக்ரோவேவ் அவனில் ஊறுகாய் மேலே தெறிக்காமல் எப்படிச் செய்வது?

- ஆர்.சிங்காரவேலன், திருவிடைமருதூர்

தக்காளியை மிக்ஸியில் அரைத்து உலோக வடிகட்டியில் வடிகட்டவும். வெங்காயம், பூண்டு இவற்றை மிக்ஸியில் விழுதாக அரைக்கவும்.

'மைக்ரோ ப்ரூஃப்' கண்ணாடிப் பாத்திரத்தில் எண்ணெயில் கடுகைப் போட்டு ஹை பவரில் இரண்டு நிமிடங்கள் வைக்கவும்.

இதில் சிவப்பு மிளகாய்த்தூள், மஞ்சள்தூள், வெந்தயப்பொடி, தக்காளிவிழுது, வெங்காயம்-பூண்டு விழுது, பெருங்காயம், உப்பு சேர்த்து மீடியம் ஹை பவரில் பத்து நிமிடங்கள் வைக்கவும். (இடையில் இரண்டு முறை வெளியே எடுத்து கலந்து விடவும்)



குறைவான பருப்பு... நிறைவான சாம்பார்!



தொக்கு, சரியான பதத்தில் இருக்கிறதா என்று பார்த்துவிட்டு, தேவையானால் மேலும் மூன்று அல்லது நான்கு நிமிடங்கள் 'மீடியம் பவரில்' வைக்கவும். மைக்ரோ அவனில் செய்யும்போது தொக்கு மேலே தெறிக்காது. உங்களது பாட்டியின் பக்குவத்தில் மணமணக்கும் 'தக்காளி வெங்காயத் தொக்கு' தயார்!

கீதா பாலகிருஷ்ணன்

இந்த மாத ஸ்பெஷல் ரெசிபி
வெல்ல காரடை



தேவையான பொருள்கள்:

வெள்ளை காராமணி - ¼ கப், பச்சரிசி மாவு (பதப் படுத்தப்பட்டது) - 1 கப், வெல் லம் - 1¼ கப், பொடியாக அரிந்த தேங்காய்த் துண்டுகள் - 1 கப், ஏலக்காய்த்தூள் - ½ டீஸ்பூன், நெய் - 8 டேபிள் ஸ்பூன், வெண்ணெய் - 4 டேபிள் ஸ்பூன், உப்பு - 1 சிட்டிகை

செய்முறை: ஆறு மணி நேரம் ஊற வைத்த காராமணியை, வெறும் வாணலி யில் வாசனை வரும்வரை வறுத்து, குக் கரில் குழையாமல் வேக வைக்கவும். வெல்லத்தை அரைகப் தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து, கசடுகளை வடிகட் டவும். அரிசி மாவை, இளஞ்சிவப்பாக வறுத்தெடுத்துக் கொள்ளவும். வாணலி யில் நெய் ஊற்றி, வேக வைத்த காரா மணி, தேங்காய்த் துண்டுகள் போட்டு சற்று வறுத்து, இரண்டு கப் நீர் சேர்த்து கொதிக்க விடவும். பிறகு உப்பு, பச்சரிசி மாவைச் சேர்த்து, கட்டித் தட்டா மல் கிளறவும்.

மாவு முக்கால் பதம் வெந்ததும் வெல்ல நீர் சேர்த்து கைவிடாமல் நன்றாகக் கிளறி, ஏலப்பொடி தூவி ஆறவைக்கவும்.

பிறகு சிறு சிறு உருண்டை களாக உருட்டி, வடை போன்று தட்டி நடுவில் ஓட்டை போடவும்.

இட்லித் தட்டில் வடைகளை அடுக்கி, பதினைந்து நிமிடங்கள் வேக வைத்து, எடுக்கவும். வடைகளின் மேல் உருகாத வெண்ணெய் வைத்துப் பரிமாறவும். சுவையான வெல்ல காரடை தயார்.

★ ஆலிவ் ஆயில் ஆரோக்யத்துக்கு மிகவும் நல்லது என்கிறார்கள். ஆனால் அதில் ப்யூர் ஆலிவ் ஆயில், எக்ஸ்ட்ரா வர்ஜின் ஆயில், வர்ஜின் ஆலிவ் ஆயில் போன்ற வகைகளும் இருக்கின்றன. இவற்றை எதற்கு உபயோகப்படுத்த லாம்?

- ரேணுகா, சென்னை

எக்ஸ்ட்ரா - வர்ஜின் ஆலிவ் ஆயில், ஆலிவ் பழங்களின் முதல் பிரஸ்ஸிங்கி லிருந்தும், வர்ஜின் ஆலிவ் ஆயில், இரண் டாவது பிரஸ்ஸிங்கிலிருந்தும், ப்யூர் ஆலிவ் ஆயில் 'பில்டர்' செய்து ரீபைன் செய்தும் எடுக்கப்படுகின்றன.

ஆலிவ் ஆயில்களை, தாளிக்க, வதக்க, டோஸ்ட் செய்ய, ஃப்ரை செய்ய, சப்பாத்தி மாவு பிசைய உபயோகிக்கலாம். ப்யூர் ஆலிவ் ஆயிலை, பொரிக்கவும் உப யோகிக்கலாம்.

★ மைக்ரோவேவ் அவனில் சமைக் கும்போது மூடி போட்ட பாத்திரத்தில் தான் செய்ய வேண்டுமா?

- கனகா ஜகன்னாதன், ஃபரிதாபாத்

தாளிக்கும்போது, பாத்திரத்தை மூடி வைத்தால், வெளியே தெறிப்பதைத் தவிர்க்கலாம்; ஈரத்தன்மை நீங்காமல் இருக்க பாத்திரத்தை மூடி வைத்தும் சமைக்கலாம். (உதாரணம்: பனீர்)

திரவங்களைச் சூடு செய்யும்போது பாத்திரத்தில் பாதி அளவு திரவங்களை நிரப்பி, பாத்திரங்களைத் திறந்து உப யோகிக்கவும். இல்லாவிடில் பாத்திரம் விரியவோ பொங்கி வழியவோ வாய்ப் புண்டு.

(வாசகிகள் கேள்விகளைத் தொடர்ந்து அனுப்பலாம்)

விழிப்புணர்வு கட்டுரை

வலை

'ஏமாறுபவர்கள் இருக்கும் வரை ஏமாற்றுபவர்களுக்கு பஞ்சமில்லை' எனக் கூறுவதுண்டு. நில மோசடி, சிட் ஃபண்டு மோசடி, கார் மோசடி என நிறைய படிக்கிறோம். தொலைக்காட்சியில் பார்க்கிறோம். ஆனாலும் புதுப்புது மோசடிகள் நிகழ்ந்து கொண்டுதான் உள்ளன.

செல்ஃபோன், இன்டர்நெட் அதிகமாக உபயோகிப்பதால், இவற்றின் மூலமும் மோசடி நடக்கிறது. வெளிநாடுகளிலிருந்து குறிப்பாக, நைஜீரியா, ஜாம்பியா போன்ற நாடுகளிலிருந்து இந்தியர்களிடம் பணம் பறிக்க ஏராளமாகப் பெருகி வருகின்றனர். பேராசை யாரை விட்டது? நாமும் இதில் தெரிந்தோ, தெரியாமலோ விழுந்து விடுகிறோம்.

'நீங்கள் ஒரு அதிர்ஷ்டசாலி, உங்கள் செல்ஃபோன் நம்பருக்கு ஐம்பதாயிரம் டாலர் லாட்டரி பரிசு விழுந்துள்ளது... இந்த ஈ-மெயிலில் தொடர்பு கொள்ளவும்' என ஒரு எஸ்.எம்.எஸ். உங்களுக்குத் தரப்படும். நீங்கள் தொடர்பு கொண்டவுடன் ***'நீங்கள் வென்ற பணத்தை உங்கள் வங்கிக் கணக்குக்கு அனுப்ப உங்களது விவரம் தேவை. உடனே அனுப்பவும்'*** என வங்கி விவரம் கேட்பார்கள்.

சில வாரங்கள் கழிந்த பின், உங்களுக்குப் பணம் அனுப்ப சில விதிமுறைகள் உள்ளன. அதற்காக ஒரு குறிப்பிட்ட தொகையை (இது பத்து முதல் பதினைந்தாயிரம் கூட இருக்கும்). அவர்கள் குறிப்பிட்ட ஓர் (இந்தியாவில் உள்ள) வங்கியில் செலுத்துமாறு கூறுவார்கள். பிறகு சில வாரம் கழிந்த பின் டாலரை ரூபாயாகச் செலுத்த, ரிசர்வ் வங்கியின் ஒப்புதல் வாங்க மேலும் சில ஆயிரம் ரூபாயை அதே வங்கியில் செலுத்துமாறு 'மெஸேஜ்' வரும். இடையே வெளி நாட்டிலிருந்து ஒருவர், நீங்கள் கொடுத்த தொலைபேசியில் தொடர்பு கொண்டு, உங்களை வாழ்த்துவார்... இப்படியே நீங்கள் அனுப்பிய பணம், 'யானை வாயில் போன கரும்பு' தான் என நீங்கள் அறிய, சில



மாதங்கள் ஆகும். அவ்வப்போது உங்களை தொடர்பு கொண்டே இருப்பதால் அவர்கள் மீது சந்தேகம் எழவே எழாது...

திடீரென ஒரு நாள் உங்கள் ஈ-மெயிலில் கீழ்க்கண்டவாறு ஒரு செய்தி வரும்...

உறவினர்கள் யாரும் அதைத் திரும்பப் பெற என்னிடம் விண்ணப்பிக்கவில்லை...

அவரது உறவினர் எனக் கூறி நீங்கள் என்னுடன் ஒத்துழைத்தால், அந்தச் சொத்தின் ஒரு பகுதி உங்களை வந்த

ரிக்கும் வலை!

'வணக்கம். நான் நைஜீரியாவில் உள்ள ஒரு வக்கீல்... என் க்ளையண்ட் கே.கே.ஷா என்பவர் தன் வீடு, சொத்து, வீட்டு மனை உட்பட அனைத்தையும் விட்டுவிட்டு திடீரென இறந்துவிட்டார். மொத்த சொத்தின் தொகை, சுமார் 30 - 35 லட்சம். ஒரு வருடம் ஆகியும் அவரது

டைய நான் வழி செய்ய முடியும். நீங்கள் விரும்பினால் இந்த ஈ-மெயிலில் என்னைத் தொடர்பு கொள்ளவும்' என செய்தி வரும். நீங்கள் தொடர்பு கொண்டவுடன், மேற்கூறியபடி உங்கள் வங்கிக் கணக்கு விவரங்கள் கேட்கப்படும். பிறகு உங்கள் விவரம் சரியாக உள்ளதாகவும் ஒரு குறிப்

பிட்ட தொகையை ஒரு (இந்தியாவில் உள்ள) வங்கிக் கணக்கில் சேர்க்கவும் சொல்வார்கள். சில வாரங்கள் கழித்து வீடு, மனை இவற்றைப் பதிவு செய்ய ஒரு குறிப்பிட்ட தொகையை (பல ஆயிரம் ரூபாய்) மறுபடியும் வங்கிக் கணக்கில் சேர்க்கும்படி கூறுவார்கள். பல லட்சம் ரூபாய் உங்களுக்குக் கிடைக்க உள்ளதால், சில ஆயிரம் ரூபாய் செலுத்த நீங்கள் தயங்க மாட்டீர்கள்.

சில மாதங்கள் கழித்து விவரம் கேட்க நீங்கள், ஈ-மெயில் அனுப்பினாலோ, டெலிஃபோனில் தொடர்பு கொண்டாலோ அந்த இரண்டுமே இருக்காது... அப்போதுதான் நீங்கள் முட்டாளாக்கப்பட்டதை அறிவீர்கள்...

இதுபோன்ற ஏமாற்றுக்காரர்கள் வலையில், சாதாரணமாக நன்றாகக் கல்வி அறிவு பெற்றவர்கள் தான் விழுகிறார்கள். உதாரணமாக அகமதாபாத்தில் ஒரு ட்ரஸ்டியாக, கன்ஸ்யூமர் எஜுகேஷன் ரிசர்ச் சென்டரில் இருந்தவர் மனுபாய் ஷா, சில ஆண்டுகளுக்கு முன் இதுபோன்ற வலையில் விழுந்து தன் பல இலட்ச ரூபாய்களை இழந்ததோடல்லாமல், அந்த நிறுவனத்தின் பணத்திலும் கை வைத்ததால் வேலையிருந்தே நீக்கப்பட்டார்.

மும்பையில் ஒரு எம்.பி.ஏ. பட்டதாரி, இதுபோன்ற பொய் செய்திகளை நம்பி, ஐந்து லட்சம் ரூபாய் வரை இழந்ததாகக் கூறப்படுகிறது.

இதேபோன்று, உங்களுக்கு வெளிநாட்டில் வேலை வாங்கித் தருவதாகவும், அதற்கான 'விசா'வுக்காக வங்கியில் பணம் செலுத்தும்படியும் செல்ஃபோனிலும், ஈ-மெயிலிலும் உங்களுக்குத் தகவல் வரலாம். என் நண்பன் ஒருவனுக்கு, இந்தியாவில் விற்கும் தங்கத்தின் விலையில் பாதி விலையில் தங்கம் தருவதாகவும் ஒரு குறிப்பிட்ட தொகையை வங்கியில் செலுத்தும்படியும் செய்தி வந்தது. மொபைல் ஃபோனிலும், இன்டர்நெட் மூலமாகவும் வரும் இதுபோன்ற செய்திகளை நம்பி ஏமாறுபவர்கள் ஏராளம்.

உறவினர்களே மூதாதையரின் சொத்தில் நமக்குச் சேரவேண்டிய ஒரு பங்கைத் தர மறுக்கும் காலம் இது. முன்பின் தெரியாத யாரோ நமக்கு பணம் தருவதாகக் கூறினால், அதுபோன்ற செய்திகளை நம்பி ஏமாறுவதை இனியாவது தவிர்க்க வேண்டும். இந்த விழிப்புணர்வு மக்களிடையே வர, இதுபோன்ற செய்திகளை உடனே மொபைல் ஃபோனிலிருந்தும், இன்டர்நெட்டிலிருந்தும் அழிக்கும் மனப்பாங்கு வரவேண்டும்.

- ஆர்.பாண்டுரங்கன்,
அகமதாபாத்

பெண் மொழி!



அன்பு கொடுப்பதுதான் ஒரு பெண்ணின் முழு வாழ்க்கையாகப் பரிணமிக்கிறது.

- பைரன்

தகவல் : லக்ஷ்மி சிவம், சென்னை



வசந்தகோகிலம், சென்னை

www.cityunionbank.com

என்ன கரண்ட் அக்கவுண்டோ? எல்லாத்துக்கும் சர்வீஸ் சார்ஜ் கட்டியே போண்டியாயிடுவேன் போல இருக்கு...



அதுக்குத்தான் என்னை மாதிரி
சிட்டி யூனியன் பாங்க்
CUB கிளாசிக் பிளஸ்
கரண்ட் அக்கவுண்ட் வெச்சுக்கணும்.
அளவில்லாம பணம் கட்டலாம்...
பணம் டிரான்ஸ்பர் பண்ணலாம்...
எல்லாமே இலவசமா !



- **கட்டணம் இல்லாமல் நாளொன்றுக்கு ரூ.2 லட்சம் வரையிலான டிமாண்ட் டிராஃப்ட்டுகள் வழங்கப்படும்.**
- **RTGSக்கு ரூ.5 லட்சம் வரை ரூ.25/- மட்டுமே.**
- **மல்டிசிட்டி செக் புக் இலவசம்.**

சிட்டி யூனியன் பாங்க் - ஈசியான பேங்க், ராசியான பேங்க்

CUB

CUB
TRUST AND EXCELLENCE
SINCE 1904

சிட்டி யூனியன் பாங்க் லிட்.

பதிவு அலுவலகம் : கும்பகோணம் - 612 001, தமிழ்நாடு.
போன் : 0435-2402322 ஃபேக்ஸ் : 0435-2431746 E-mail : rpm@cityunionbank.com
Website : http://www.cityunionbank.com SMS : "CUBDEPOSIT" to 9900654321

எங்களது அனைத்து வங்கிக் கிளைகளும் ஒருங்கிணைக்கப்பட்டுள்ளன.
மேலும் விவரங்களுக்கு அருகிலுள்ள கிளையை இன்றே தொடர்பு கொள்ளீர்

- Any Branch Banking
- Internet Banking
- ATMs
- Electronic Money Transfers
- VISA Debit Card
- SMS Banking

அந்தக் காலத்தில் எடுத்த படங்கள் எல்லாம் குடும்பக் கதைகள்தான். முகத்தில் மெச்சூரிட்டி கொண்ட கொஞ் சம் வயசான நடிகைகளைத்தான் ஹீரோயி னாப் போடுவாங்க. பதினாறு, பதினேழு வயசில் என் முகத்தில் குழந்தைத்தனம் தான் அதிகமா இருந்தது. அதனால, குடும்பக் கதைப் படங்களின் ஹீரோயி னாக நடிக்க எனக்கு வயசு போதாதுன்னு தயாரிப்பாளர்களும், டைரக்டர்களும் நினைச்சாங்க. எனக்கு அதிகமா வாய்ப்பு வராம இருந்ததுக்கு இதுவும் ஒரு காரணம்.

சச்சுவின் அச்சுவெல்லத் தொடர் 6

ரொம்ப நல்லாவே தெரியும். அதனால, அவங்களைப் போய் பார்க்கிறது சிரமமா இல்லை.

என்னுடைய பாட்டியும் நானுமா சிவாஜி அண்ணன் வீட்டுக்குப் போனோம். அன்போடு என்னைப் பற்றி விசாரித்தார். அவர் நடிக்க இருந்த 'அன்னை இல்லம்' படத்தில் முத்துராமனுக்கு ஜோடியாக நடிக்க, எனக்கு வாய்ப்பு கிடைச்சது.

இன்னொரு நாள் ராமாவரம் தோட்டத் துக்குப் பாட்டியுடன் போய் எம்.ஜி. ஆரைப் பார்த்தோம். அன்போடு உப சரித்த எம்.ஜி.ஆர். ''சச்சுவின் பர்ச

ஏவி. எம். மில் இரண்டு வருட காண்டிராக்ட்டும் முடிவுக்கு வந்தது. நான் சுதந்திரமாக யாருடைய படத்தில் வேண்டுமானாலும் நடிக்கலாம் என்ற சூழ்நிலை ஏற்பட்டது. ஆனாலும் எனக்கு நிறைய சினிமா வாய்ப்புகள் வந்து குவிந்துவிடவில்லை. அதற்குக் காரணம் என்னடான்னு பார்த்தால், சினிமா உலகத்தில் பலருக்கும் என்னுடைய ஏவி. எம். ஒப்பந்த காலம் முடிந்துவிட்டது என்பதே தெரிந்திருக்கவில்லை. அவர்களுக்கு விஷயம் தெரிந்தால்தானே என்னை தங்களோட படங்களில் நடிக்கக் கூப்பிடுவாங்க?

சந்திப்பு : எஸ். சந்திரமௌலி

என்னோட குடும்பத்துல நான் முக்கியமான பிரட் வின்னர் ஆச்சே! அதனால நடிக்காம வீட்டுல சும்மா உட்கார்ந்துக்கிட்டு இருக்க முடியுமா? சினிமா உலகின் முக்கியமானவங்களைப் போய் பார்த்து, வாய்ப்பு கேட்கும்படி எங்க குடும்பத்துக்கு வேண்டிய சிலபேர் எனக்கு அட்வைஸ் பண்ணினாங்க. எங் களுக்கும் அது சரின்னுபட்டது. எனக்கு ஒரு அட்வான்டேஜ் என்னன்னா, சினிமா உலகத்துல முக்கியமானவங்க எல்லாருக் கும் என்னை ஒரு குழந்தை நட்சத்திரமா

னாலிட்டி ரொம்ப சின்னப் பெண் போல இருக்கு. அதனால இன்னும் கொஞ்ச நாள் வெயிட் பண்ணட்டும்'' என்று சொன்னார். உடனே, நான் பட்டென்று அங்கேயிருந்து புறப்பட்டு, காரில் வந்து உட்கார்ந்து விட்டேன். 'சின்னப் பொண்ணுன்னா, ஹீரோயின் ரோல் இல்லாவிட்டாலும், ஒரு செகண்டு ஹீரோயின், தங்கை ரோலுக் காவது சிபாரிசு செய்யலாமில்லையா? அதை விட்டுட்டு, வெயிட் பண்ண

ரோஜா மலரே

சொல்லிட்டாரே!' என்று எனக்குள்ளே ஒரே குமுறல்.

'அன்னை இல்லம்' படத்தில் நான் நடித்துக் கொண்டிருந்த சமயத்தில், திடீரென்று ஒரு நாள் டைரக்டர் ஸ்ரீதரின் அலுவலகத்திலிருந்து அழைப்பு வந்தது. சித்ராலயா ஆஃபீசுக்குப் பாட்டியுடன் போனேன். ''ஜூக்ஃபுல்லான ஒரு கதையை டைரக்டர் ஸ்ரீதர், ஈஸ்ட்மென் கலரில் படமாக எடுக்கப் போகிறார். படத்தில் காஞ்சனா, ராஜஸ்ரீ, நீங்க மூணு பேர் ஹீரோயின்கள்'' என்று சித்ராலயா கோபு சொன்னதும் எனக்கு சந்தோஷமாக இருந்தது. ஆனால் பாட்டி, ''இவளுக்கு என்ன ரோல்?'' என்று பட்டென்று கேட்டார். 'நாகேஷுக்கு ஜோடி சச்சு'' என்று கோபு சொன்ன மறு வினாடியே, ''ஓ! காமெடி ரோலா? இப்போதானே இவ, ஹீரோயினா அறிமுகமாகியிருக்கா? இப்போ போய் காமெடி ரோல் பண்ணச் சொல்றீங்களே?'' என்று கேட்டார்.

ஆனால் கோபு, ''நாகேஷுக்கு ஜோடின்னு நீங்க பார்க்காதீங்க! படத்தோட மூணு ஹீரோயின்ஸ்ல சச்சுவும் ஒரு ஹீரோயின். அவருக்கு



படம் : ஸ்ரீஹரி

ராஜகுமாரி!

நாகேஷோட சேர்ந்து காமெடி பண்ற மாதிரியான கேரக்டர் இல்லை; மத்த ரெண்டு ஹீரோயின்கள் மாதிரியே முக்கிய மான கேரக்டர்தான்! சச்சு நல்ல டான்ஸர்; படத்துல அவருக்கு மாடர்ன் டிவிஸ்ட் டான்ஸ் எல்லாம் இருக்கு; கதைல சினிமா டைரக்டரான நாகேஷ், சச்சுவை சினிமா ஹீரோயினாக அறிமுகம் செய்ய நினைக் கிறாரு. நல்ல ரோல். மறுக்காம ஒப்புக் கோங்க'' என்று வற்புறுத்தினாலும், என் பாட்டி கன்வின்ஸ் ஆகலை. ''வீட்டுக்குப் போய் யோசிச்சு சொல்லறோம்; எங் களுக்கு ரெண்டு நாள் டைம் கொடுங்க'' என்று சொல்லிவிட்டுப் புறப்பட்டுவிட் டார்.

ஈஸ்ட்மென் கலர், டிவிஸ்ட் டான்ஸ் எல்லாம் என்னை ரொம்பவே ஈர்த்தன. ஆனால், காமெடி ரோல் வேணாம் என்பது பாட்டியின் கருத்து. கடைசியில் 'காதலிக்க நேரமில்லை' படத் தில் நான் நடித்தற்கு முக்கியமான கார ணமே கோபுதான். அவர்தான் என் பாட்டி யிடம் ரொம்ப நேரம் பேசி சம்மதிக்க செய்தார்.

'காதலிக்க நேரமில்லை' படத்தில் எனக்கு ஒரு ஹீரோயினுக்குரிய முக்கியத் துவம் கிடைத்தது எத்தனை உண்மையோ அதே அளவுக்கு, அந்தப் படத்தின் மூல மாக என் மீது காமெடி முத்திரை பலமாகக் குத்தப்பட்டது என்பதும் உண்மை.

அடுத்து ஸ்ரீதர் எடுத்த 'ஊட்டி வரை உறவு' படத்திலும் எனக்கு ஏறத்தாழ அதே மாதிரியான ரோல்தான்.

எனக்குள்ளே, 'நான் காமெடி ரோல் களை ஒப்புக்கொள்ளாமல் இருந்திருக்க லாமோ?' என்ற எண்ணம் ஏற்பட்டது. காரணம், எனக்கு அதன் பிறகு வந்த வாய்ப்புகள் எல்லாமே, காமெடியாகவே இருந்தன. ஒரு சிலர் என்னிடம், ''சச்சு! உனக்கு ஒரு ஹீரோயினுக்குரிய முக லட் சணம், நிறம் எல்லாம் இருக்கு. நீ காமெடி ரோலில் நடித்தது தப்பு!'' என்று சொன் னார்கள்.

மீண்டும் எனக்கு குழப்பம். இனி மேல் காமெடி ரோலில் நடிக்கக் கூப்பிட் டால் வேணாம் என்று மறுத்து விட லாமா? ஹீரோயின் வாய்ப்பு வரும்வரை அவசரப்படாமல் பொறுமையாக காத்திருக் கலாமா? என்று நினைத்தேன். இன்னொரு பக்கம், என் குடும்பச் சூழ்நிலை, நான் நடிக்காமல் நல்ல வாய்ப்புக்காகக் காத்தி ருப்பதற்கு அனுமதிக்கவில்லை. கடைசி யில், பாட்டி, அக்கா மற்றும் குடும்பத்தில் மற்ற மூத்தவர்கள் அனைவருமாக ஆலோ சனை செய்து என்ன ஆனாலும் சரி, நடிக்க வாய்ப்பளித்து, திறமையை நிரூபிக்க வாய்ப்புள்ள ரோல்கள் எதுவானாலும் தயங்காமல் ஏற்று நடிப்பது என்ற தீர்மானத் துக்கு வந்தோம்.

'காதலிக்க நேரமில்லை' படத்துக்குப்

என்னை காமெடி ரோலில் நடிக்க கூப்பிட்டால் வேண்டாம் என்று மறுத்து விடலாமா? ஹீரோயின் வாய்ப்பு வரும் வரை அவசரப்படாமல் பொறுமையாக காத்திருக்கலாமா? என்றெல்லாம் நினைத்தேன். என் குடும்பச் சூழ்நிலை நான் நடிக்காமல் நல்ல வாய்ப்புக்காகக் காத்திருப்பதற்கு அனுமதிக்கவில்லை!

பிறகு எனக்கு வாய்ப்புகள் ஏராளமாக வந்தன. அப்போது எனக்கு ஆறுதலும், திருப்தியும் அளித்த விஷயம் அந்தக் காலத்துப் படங்களில், காமெடி ஜோடிக்கும் நல்ல முக்கியத்துவம் தந்ததுதான். ஹீரோ-ஹீரோயினுக்குத் தருவது போல காமெடி ஜோடிக்கும் கண்டிப்பாக ஒரு பாட்டு, டான்ஸ் இருக்கும். நன்றாக டான்ஸ் ஆடத் தெரிந்து, மேடையில் நடன நிகழ்ச்சிகளைக் கொடுத்துக் கொண்டிருந்த நான் நடிக்கும்போது, காமெடி ஜோடிக்கு கடின



'காதலிக்க நேரமில்லை' படத்தில் நாகேஷுடன்...

மான ஸ்டெப்ஸ் மற்றும் மூவ்மெண்ட்ஸ் கொண்ட நல்ல டான்ஸ் கம்போஸ் செய்த பாடல்களைக் கொடுத்தார்கள்.

சூப்பர் டான்ஸரான நாகேஷும், நானும் நடிக்கும் படம் என்றால் கண்டிப்பாக எங்களுக்கு ஒரு டான்ஸ் பாட்டு உண்டு. அதனால், காமெடி ரோல்களில் நடித்தாலும் எனக்கு நடிப்புத் திறமையையும், டான்ஸ் திறமையையும் வெளிப்படுத்த நிறைய வாய்ப்புகள் கிடைத்தன.

நாகேஷின் நடிப்பில் எப்போதுமே ஒரு துறுதுறுப்பும், சுறுசுறுப்பும் இருக்கும். அதனால் அவரோடு நடிக்கிறபோது, நான் ரொம்பவும் ஜாக்கிரதையாக, இருப்பேன். நாகேஷ், ஒத்திகையின்போது, டைரக்டர் சொல்வதைக் கேட்டு அதன்படி வசனம் பேசி, நடிப்பார். டேக் எடுக்கும் போது தானாகவே சில விஷயங்களை சேர்த்துக் கொண்டோ அல்லது உடல் அசைவின் மூலமோ எதிரே இருப்பவரை, தூக்கிச் சாப்பிட்டுவிடுவார். அதனால் அவருடன் நடிக்கும்போது அதிக டைம் சென்ஸுடன் நடிப்பேன்.

ஜெமினி தயாரித்த 'ஔவையார்' படத்தில் குழந்தை நட்சத்திரமாக நடித்த நான், குமரியாகி மீண்டும் ஜெமினி தயாரித்த 'மோட்டார் சுந்தரம் பிள்ளை' படத்தில் நடித்தது ஒரு மறக்க முடியாத அனுபவம்.

(அச்சு வெல்லம் இனிக்கும்)



ஜொலிக்கிறாங்க!

நளினா சரவணன்
பொது மேலாளர், ஹோட்டல் லீ ராயல் மெரிடியன்

ஹோட்டல் பிசினஸில் இன்றையப் பெண்களுக்கு வேலை வாய்ப்பு எப்படி இருக்கிறது?

நூறு சதவிகிதம் இருக்கிறது... இருக்கணும்... ஏனென்றால் பணிவான உபசாரம், கனிவான வார்த்தை, அழகுணர்ச்சி, சுத்தமான பராமரிப்பு போன்றவை ஹோட்டல் துறைக்கு முக்கியம் என்பதால், பெண்களுக்கு என்றுமே ஏற்ற துறையாக உள்ளது.

பதினொரு வருஷங்களுக்கு முன் நானும் ஒரு ஹவுஸ் வொய்ஃபாகத்தான் இருந்தேன். குழந்தைகள் ஓரளவுக்கு வளர்ந்ததும், வேலைக்குப் போக முடிவு செய்தேன். விலங்கியல் பட்டப்படிப்பு மட்டுமே படித்திருந்த நான், ஏதோ ஒரு நம்பிக்கையில் விண்ணப்பித்தேன். எங்கக் குழுமத்தின் தலைவர் பழனி ஜி.பெரியசாமிதான் இன்டர்வ்யூ செய்தார். எனக்கு முதலில் ஹோட்டலில் இருந்த கடை ஒன்றைப் பராமரிக்கும் வேலை தரப்பட்டது. அதன் பின் எனக்கே ஆர்வம் வந்தது. அனைத்து வேலைகளையும் இழுத்துப் போட்டுக் கொண்டு செய்ததில், படிப்படியாக முன்னேறி இந்தப் பதவியில் உள்ளேன்.

லீ ராயல் மெரிடியன், தனது பீச் ரிஸார்ட் ஒன்றை சென்னை ஓ.எம்.ஆர். சாலையில் விரைவில் துவங்க உள்ளது. அதில் ரிசப்ஷனிலிருந்து சமையல் வரை எழுபத்தைந்து சதவிகிதம் பெண் பணியாளர்களாவே தேர்ந்தெடுக்க உள்ளோம். அதேபோல் கோயமுத்தூர் லீ ராயல் மெரிடியனிலும் ஐம்பது சதவிகிதம் பெண்களைதான் பணியிலமர்த்தவிருக்கோம்.

நானே ஒரு பெண்ணாக இருப்பதால், எங்கள் ஹோட்டலில் பெண் பணியாளர்களுக்கு, இரவு நேர வேலை கிடையாது. ஹோட்டல் துறையும் வசீகரமான, பாதுகாப்பான பணிதான்! பெண்கள் தயக்கமின்றி முயற்சிக்கலாம்!



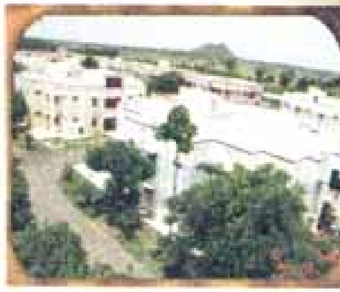
SRIMATHI SUNDARAVALLI MEMORIAL RESIDENCY

"SUBHASHRAYA" - A HOME FOR ELITE SENIOR CITIZENS

CHENNAI - 600063

Heaven On Earth

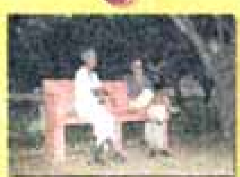




RIGHT PLACE FOR ELDERS



Spiritualism



Peace



Honour



Comfort



Luxury



Health

With the Heart to Serve

We Welcome you

Moppedu Road, Alapakkam, New Perungalathur, Chennai-600063

Phone No : 044-2279 2002-04 Fax : 044-2279 2009

E-mail : ssmeto@dataone.in Website : www.ssmhome.in



குழந்தைகள் அடம்பிடிக்கும்போது சிலர், செல்ஃபோனைக் கொடுத்து விடுகின்றனர். குழந்தைகள் செல்ஃபோனை வாயில் வைத்தால் ஏற்படும் ஆபத்தை பற்றி உணராமல், அப்போதைக்கு அழுகை நின்றால் சரி என்றே நினைக்கின்றனர். இனியாவது யோசிப்பார்களா?

– கு.லதா, கும்பகோணம்



சிறு குழந்தைகளை எந்தப் பொருளை எடுத்தாலும் எடுத்த இடத்திலேயே வைக்க பழக்குங்கள். நீங்களும் பின்பற்றுங்கள். நாளடைவில் குழந்தைகளும் இதைக் கடைப்பிடிப்பார்கள். வீட்டில் அநாவசியமான டென்ஷன் ஏற்படாது.

– மஞ்சுதேவன், நவிமும்பை

குழந்தைகளுடன் பேசும்போது அவர்களது படிப்பு, ஆசிரியர், நண்பர்களைப் பற்றி, பிரியமாக விசாரிக்க வேண்டும். தற்கால சாதனையாளர்களைப் பற்றி அடிக்கடிக் கூறினால் குழந்தைகளின் மனத்தில், தாமும் அதைப் போல சாதிக்க வேண்டுமென்ற உத்வேகம் பிறக்கும்.

– கே.மகாலக்ஷ்மி, திண்டுக்கல்

புதினா கீரையை வெயிலில் உலர்த்தி, பொடி செய்து, அதனுடன் கொஞ்சம் உப்பு சேர்த்து, தினமும் பல் துலக்கி வந்தால் பல் நோய்கள் வராது.

– பா.அச்சுதன், வயலூர்

சமையலறையில் கை துடைப்பதற்காக சிலர், பழைய ரவிக்கைத் துணியை உபயோகிப்பார்கள். ரவிக்கையிலிருக்கும் கொக்கிகள் நம் கையை பதம் பார்க்க வாய்ப்புண்டு. மலிவு விலையில் கிடைக்கும் டவல்களை உபயோகிப்பதே நல்லது.

– என்.கோமதி, நெல்லை

கோடைக்காலங்களில் உணவுப் பொருள்களின் மீது ஈ அதிகம் மொய்க்கும். டைனிங் டேபிளைத் துடைக்கும் போது சிறிதளவு கற்பூரத்தைப் பொடி செய்து தூவி, சில வினாடிகள் கழித்து பிறகு துடைத்தால் ஈக்கள் மொய்க்காது. மணமாகவும் இருக்கும்.

– ஜி.எம்.மஞ்சரி, கிருஷ்ணகிரி

கன்டெய்னர்களில் பருப்புகளை போடுவதற்கு முன்பு, அடியில் கொஞ்சம் கல் உப்பு போடவும். நீண்ட நாட்கள் ஆனாலும் பருப்புகளில் வண்டு வராது.

– காயத்ரி, சென்னை

இவை எல்லாமே ஆஹா 50 தான்!


Himalaya
தினமும் ஷாம்பூ உபயோகிக்க பயமா?
முதலில் ஹிமாலயா உபயோகித்துப் பாருங்கள்.
ஹிமாலயா ஜென்டில் ஹெர்பல் டெய்லி-யூஸ் ஷாம்பூ.
100% ஹெர்பல் ஆக்டிவ்களிலிருந்து தயாரிக்கப்படுகிறது.



ஜொலிக்கிறாங்க!

நர்த்தகி நட்ராஜ்

'நிருத்ய சூடாமணி' விருது வாங்கிய தருணம் எப்படி இருந்தது?

முதலில் என் குருவின் ஆசி முழுதுமாகக் கிடைத்த சந்தோஷம் மனத்தை நிறைத்தது. என்னுடைய கனவுகள் நிறைவேறிய அச்சமயத்தில், என் கண் முன் என் தோழி சக்தியும், குருநாதரும், மூத்த நாட்டியக் கலைஞர்களும் என் மீது ஆசிகளைப் பொழிவது போலிருந்தது. கடின உழைப்புக்கும் கடவுள் பக்திக்கும் நிச்சயம் பலன் கிடைக்கும் என்பது புரிந்தது. கீழான பேச்சுக்கள் இருந்தபோது, இறைவன் துணை இருப்பார் என்ற என் நம்பிக்கை உறுதியானதில் கண்ணீர் பொங்கிற்று. நாம் ஒரே ஒரு மடங்கு உழைத்தால் அதற்கு நாலு மடங்கு பயன் இருக்கும் என்று புரிய வைத்த தருணம் அது. எதிரே பத்மா சுப்ரமணியம், சித்ரா விஸ்வேஸ்வரன், தனஞ்சயன் சார் என்று நான் பெரிதும் போற்றும் மூத்த நடனக் கலைஞர்கள் அமர்ந்திருக்க, அவர்களின் வாழ்த்துகளோடு விருதைப் பெற்ற புனிதமான தருணம் அது.



எல்லாமே மாற்றம் மாற்றம் என்று ஓடுகிற காலத்தில், நான் எதையும் மாற்றிக் கொள்ள விரும்பவில்லை. பழமைக்கு மதிப்பு இருப்பதால்தான் என் நடனத்தை ரசிக்கிறார்கள். பழைய சம்பிரதாயங்கள், நிலைப்பாடுகள் எல்லாவற்றையும் ரசிக்கிறார்கள். அதை எல்லாம் நான் தொடர்ந்து கடைப்பிடிக்க வேண்டும் என்று எனக்குள் உறுதி எடுத்த தருணம் அது!

உயிரினங்கள் நான்கு விதங்களில் பிறக்கின்றன. முட்டையிலிருந்து வெளியே வருவன, வியர்வையிலிருந்து தோன்றுவன, வேர், விதை இவற்றிலிருந்து பிறப்பன, கருப்பையிலிருந்து பிறப்பன, இந்த நான்கு விதங்களில், மனிதன் கருப்பையிலிருந்து பிறக்கிறான். ஆண் - பெண் உயிரணுக்கள் இணைந்து, பெண்ணின் கருப்பையில் கருவாக உருவாகி, கர்ப்ப காலம் முடிவடையும்போது பிறப்பது மனித இனம். இப்படி இல்லாமல் ரிஷிகளிடமிருந்து வரம் கிடைத்தவுடன் கருவாக உருப்பெற்று வளர்ந்து பிறப்பினை எய்துவது 'சம்புக்ஷ சிருஷ்டி'

தமிழ்நாட்டில், நெய்வேலி என்னும் ஊருக்கு தென்மேற்குப் பகுதியில் மருநூர் என்னும் பெயர் கொண்ட சிறிய கிராமம் உள்ளது. இந்தக் கிராமத்தில், ஒரு நாள் ஒரு வீட்டின் வாசற்புறத்தில் காவி உடை தரித்த ரிஷி ஒருவர் வந்து, பிச்சை வேண்டினார். அந்த வீட்டுத் தலைவி அவரை பயபக்தியோடு வரவேற்று, வீட்டுக்

இரக்கமே

சிலிர்க்க வைக்கும் சித்தர் வரலாறு

14



இயல்பான இராமலிங்கர்!

குள்ளே அழைத்து அமர வைத்து உணவு கொடுத்தாள். பசியாறிய அந்த ரிஷி ''உனக்கு ஒரு மகன் பிறப்பான், அவன் இந்த உலகத்துக்கு மரணமில்லாப் பெரு வாழ்வு வாழ வழிகாட்டுவான்'' என்று வரம் அருளிச் சென்று விட்டார். ரிஷியிடமிருந்து இந்த வரம் கிடைக்கப் பெற்றவுடன் அந்தப் பெண் கருத்தரித்தாள்.

நம் நாட்டில் பல காலமாக ஒரு வழக்கம் உண்டு. பிறந்த குழந்தையை முதன்முதலாக ஒரு கோயிலுக்கு எடுத்துச் சென்று இறைவழிபாடு செய்துவிட்டு வருவார்கள். அந்த வழக்கப்படி இராமலிங்கரை, அவரது பெற்றோர், சிதம்பரம் கோயிலுக்கு எடுத்துச் சென்றனர். இறைவழிபாடு முடிந்தவுடன் கற்பூர ஆரத்தி காட்டினார்கள். கோயில் கருவறையில் கற்பூர தீப ஒளி பரவியவுடன் அதனை சில வினாடிகள் பார்த்த குழந்தை, சிறிது நேரம் சிரித்ததாம்.

சாதாரணமாகக் குழந்தைகள் தூங்கும் போதோ, அல்லது விழித்திருக்கும் போதோ தானாகச் சிரித்தால், போன ஜென்மத்து மகிழ்ச்சியான அனுபவங்களின் நினைவு என்று நாம் சொல்லுவோம். ஆனால், இராமலிங்கர், கற்பூர தீப ஒளி பரவியவுடன், தனக்குள்ளே ஓர் இன்ப ஊற்றுப் பெருக்கெடுத்தது. ஒளிமயமான இறைவனைத் தமக்குள்ளே தரிசித்து அந்தப் பரவசத்தில் மூழ்கியதால் பெருகிய ஆனந்த வெள்ளத்தின் வெளிப்பாடே அந்த நிலை என்று பின்னாளில் கூறுகிறார்.

இராமலிங்கர், தமது மூன்றாவது வயதிலேயே தனது தந்தையாரை இழந்தார். குடும்பம் வருமானம் எதுவுமின்றி வறுமையில் வாடியது. அடிகளாரின் மூத்த சகோதரரான சபாபதி, குடும்பப் பொறுப்பை ஏற்றார். குடும்பம் சென்னைக்கு இடம் பெயர்ந்தது. ஆன்மிக சொற்பொழிவுகள் நடத்தியும், பள்ளிச் சிறுவர்களுக்குத் தமிழ்ப்பாடம் சொல்லிக் கொடுத்தும் சொற்ப வருமானம் பெற்றுக் குடும்பத்தை நடத்தி வந்தார் சபாபதி. ஐந்து வயது நிரம்பிய இராமலிங்கரை ஒரு தமிழ்ப்புலவரிடம் சேர்த்து, கல்வி கற்குமாறு செய்தார். கல்வி கற்பதில் இராமலிங்கருக்கு ஈடுபாடில்லை.

சென்னையில் கந்தக் கோட்டத்தில் உள்ள இறைவனிடம் பற்றுக் கொண்டு, தன்னுடைய நேரத்தையெல்லாம் கோயிலிலேயே கழித்தார். பக்திப் பாடல்களை இயற்றுவதிலும், தியானம் செய்வதிலும் இச்சிறுவனுக்கு இருந்த ஆர்வத்தைப் பார்த்த அந்த ஆசிரியர், கல்வி கற்பிப்பதை நிறுத்திவிட்டார். சகோதரரான சபாபதிக்கு கோபம் வந்து விட்டது. சிறுவனுக்கு உணவும், உடையும் மறுக்கப்பட்டது. இராமலிங்கர் வீட்டை விட்டுத் துரத்தப்பட்டார்.

இராமலிங்கரின் அண்ணி, தாய் ஸ்தானத்தில் இருந்தவர். இராமலிங்கர் மீது அன்பு கொண்டு, தன் கணவனிடம் வாதாடி, தாங்கள் வசித்த வீட்டின் மேற்புறத்தில் ஒரு தனி அறையை ஒதுக்கி, அதில் அவரை அமர வைத்து பல அறிவு

பேராசிரியர். இல. கோமதி

ரைகளையும், குடும்ப சூழ்நிலையையும் விளக்கிக் கூறினார்.

அண்ணியின் உருவத்தில் தாய் அன்பினை அனுபவித்த இராமலிங்கர், கல்வி கற்க ஒப்புக் கொண்டார். அந்த அறையில் புத்தகங்கள் குவிக்கப்பட்டன. தாளிட்ட கதவுக்குப் பின்னால் இராமலிங்கர் கற்றது ஆன்மிகக் கல்வி. விளக்கை ஏற்றி அதற்கு முன்னால் அமர்ந்து அந்த ஒளியின் ஸ்வரூபத்தில் இறைவனைத் தரிசித்து ஆழ்ந்த தியானத்தில் அமர்ந்தார். நாட்கள் சென்றன. இறை அனுபவத்தில் மூழ்கி பல பாடல்கள் இயற்றினார். இராமலிங்கர் மீது தொடர்ந்து இறையருள் பொழியப் பொழிய சித்திகள் பல கைவரப் பெற்றார். தமது ஒன்பதாம் வயதில் இறைவன் தன்னை ஆட்கொண்டதாகவும், தன்னுள் இறைவனை உணர்ந்ததாகவும், தமது பாடல்களில் கூறுகிறார்.

ஒரு முறை சபாபதிக்கு உடல் நலம் சரியில்லாததால் அவரால் ஆன்மிக சொற்பொழிவுக்குப் போக முடியவில்லை. அவருடைய மனைவி, 'உங்களால் போக முடியவில்லை. தம்பியை அனுப்பி வையுங்கள்' என்றார். 'அவனுக்கு என்ன தெரியும். சின்னப் பையன்' என்ற சபாபதி, கடைசியில் வேறு வழி தெரியாமல் 'சரி போய் வரட்டும்' என்றார்.

சிறுவனைப் பார்த்த மக்கள், ஏமாற்றத்துடன் அமர்ந்திருந்தனர். அன்று பெரிய புராணம் பற்றிய சொற்பொழிவு, மேடையில் அமர்ந்த இராமலிங்கர், பெரிய புராணத்தில் முதல் அடியான 'உலகெல்லாம் உணர்ந்து ஓதுதற்கு அரியவன்' என்ற அடியைத் தொடங்கினார். வார்த்தைகள் குற்றால அருவியைப் போல தொடர்ந்து விழுந்தன. தெளிந்த நீரோடையைப் போன்ற தெளிவான நடை, அருமையான விளக்கம், அனுபவித்து உணர்ந்த பொருள்.

கூட்டம் அமைதியானது. நேரம் நள்ளிரவைக் கடந்தது. மக்கள், மந்திரத்துக்கு கட்டுப்பட்டவர்கள் போல சிலையாக உட்கார்ந்திருந்தார்கள். தொடர்ந்து இராமலிங்கரே சொற்பொழிவு ஆற்ற வேண்டும் என்பது அனைவருடைய விருப்பமாக இருந்தது. இறைவனுடைய அருள் இராமலிங்கருக்குப் பரிபூரணமாக இருப்பதை உணர்ந்த சகோதரர், தன்னுடைய தவறான நடவடிக்கைகளுக்கு மன்னிப்புக் கேட்டார்.

இராமலிங்கரின் புகழ் பரவ ஆரம்பித்தது. பல புலவர்களும், சமயத் தலைவர்களும் இராமலிங்கரிடம் தங்கள் சந்தேகங்களைக் கேட்டுத் தெளிவு பெற்றார்கள். அவரை அன்புடன் அடிகளார்

இராமலிங்க அடிகள் இந்த உலகத்துக்கு அருட்கொடையாக அளித்தவை ஐந்து:

சத்திய தருமச் சாலை,

சத்திய ஞான சபை,

சன் மார்க்க சங்கம்,

சித்தி வளாகம்,

திரு அருட்பா

முதல் நான்கும் சமுதாயத்தை இறைவன் பால் செலுத்துவதற்கு நிறுவப்பட்ட நிறுவனங்கள். திருவருட்பா வள்ளலார் தொடுத்த பாமாலை.

சத்திய தருமச் சாலை - இதன் குறிக்கோள் ஜீவ காருண்யம், பிற உயிர்களைத் தன்னுயிர் போல நினைத்து கருணை காட்டும் பண்பினை மக்களிடத்தில் போதிப்பது.

சத்திய ஞான சபை - இறைவன் அருவுருவமானவன், ஒளி வடிவானவன் என்னும் கருத்தை வலியுறுத்தி ஜோதி

என்று அழைத்தனர். ஒரு நாள் விளக்கில் எண்ணெய் தீர்ந்துவிட, அடிகளார் தண்ணீரை ஊற்றித் தீபத்தை தொடர்ந்து எரிய வைத்தார். ஒரு பிடி அன்னம் கைவசம் இருக்க, அதிலிருந்து ஓராயிரம் பேருக்கு அன்னதானம் அளித்தார் என்ற நிகழ்ச்சிகள் இவர் பெற்ற சித்திகளின் ஆற்றலை வெளிப்படுத்துகிறது. எனினும் அடிகளார் தான் பெற்ற சித்துக்களைத் தனக்காகவும் பெயர், புகழுக்காகவும் பயன்படுத்தவில்லை. இது சித்தர்களின் இயல்பு.

இராமலிங்கர் தினமும் திருவொற்றியூர்



வழிபாட்டை அறிவுறுத்துவது.

சன்மார்க்க சங்கம் - மனிதர்களிடம் ஜாதி, மதம், இனம், மொழி, ஏழை, பணக்காரன் என்ற வேறுபாடுகளை யெல்லாம் களைந்து உயிர்களெல்லாம் ஒன்றே என்னும் உயர்ந்த ஆன்ம நேய ஒருமைப்பாட்டு உணர்வை வெளிப்படுத்து வது.

சித்தி வளாகம் - உடல் அழியக்கூடியது. ஆன்மாவுக்கு அழிவு கிடையாது. மரண மில்லாப் பெருவாழ்வு என்னும் அரிய தத்துவத்தை உணர்த்துவது.

திரு அருட்பா - மேற்கண்ட ஜீவ காருண்யம், ஜோதி வழிபாடு, ஆன்ம நேய ஒருமைப்பாடு, மரணமில்லாப் பெரு வாழ்வு ஆகிய அரிய தத்துவங்களின் விளக்கமாக அமையும் நூல்.

சென்று தியாகராசப் பெருமானையும், வடிவுடை நாயகித் தாயையும் தரிசித்தார். தமது 22ம் வயது முதல் சிதம்பரம் நடராசப் பெருமான் முன் சென்று பாடல்களைப் பாடினார். தென்னிந்தியாவின் புகழ் பெற்ற கோயில்களுக்கு யாத்திரை மேற்கொண் டார். இறுதியாக கருங்குழி (நெய்வேலி யிலிருந்து 10 கி.மீ.) என்னும் கிராமத்தில் ஒன்பது ஆண்டுகள் தங்கினார்.

அடிகளார் கற்பித்த வழிபாட்டு முறை சோதிவழிபாடு ஆகும். இறைவனுக்கு உருவமும், பெயரும் வைத்தால் சமு தாயத்தில் கருத்து வேறுபாடு தோன்றும். ஒளி என்பது எல்லா சமயத்தவர்களும் ஒப்புக் கொள்ளக் கூடியது. ஒளியை வெறுப்பவர்கள் யாரேனும் உண்டா? ஒளியின் முதற்பொருளான சூரியன் இல்லையென்றால் இவ்வுலகம் ஏது? உயிர்கள் ஏது? எனவே 'அருட்பெருஞ் சோதி தனிப்பெருங் கருணை' என்பது வள்ளலாரின் வாக்கானது. சமுதாயத்தில் சாதி சமயப் பிரிவினைகளை எதிர்த்து 'ஆன்ம நேய ஒருமைப்பாடு' என்னும் கருத்தை வலியுறுத்தினார் வள்ளலார்.

1874ஆம் ஆண்டு ஜனவரி மாதம் 13ஆம் நாள், வடலூரரை அடுத்த மேட்டுக்குப்பம் என்னும் சிற்றூரில் தன்னுடைய அறையை தாளிட்டுக் கொண்டு சித்தியடைந்தார். ஒவ்வோர் ஆண்டும் தைப்பூசத்தன்று இந்த அறைக்கு வழிபாடு நடத்தப்படுகின்றது.

ஆன்மிக வாழ்க்கை வாழ்ந்து, சமுதா யப் பிரிவினைக்குக் காரணமான சாதி, சமயம், சடங்கு, சாத்திரம் அனைத்தும் தேவையில்லை என்றும், இறைவன் ஒருவனே, ஜோதி வழிபாடே பொதுவான வழிபாடு என்றும் நிலை நிறுத்திய் இராமலிங்க அடிகளார், பத்தொன்பதாம் நூற்றாண்டின் புகழ்பெற்ற சித்தர்.

(அடுத்த இதழில் நிறைவு பெறுகிறது)



○ கவிதை

தெய்வம் தந்
பொக்கிஷம்

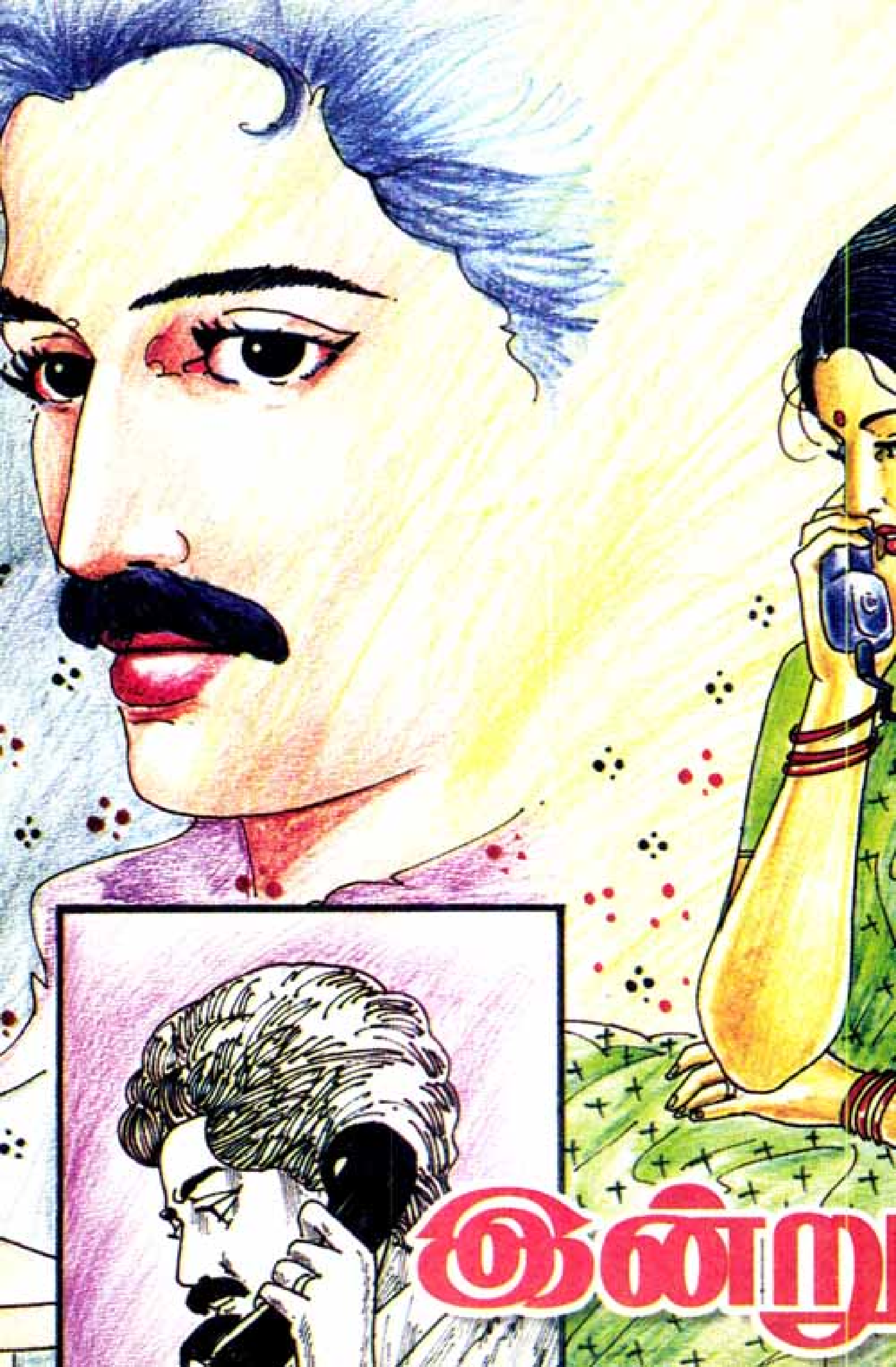
என்னடி அவசரம் உனக்கு...
நேற்றுதான் - என்
முகம் பார்த்து சிரித்தாய்...
உன் சிரிப்பை - நான்
முழுமையாய் ரசிப்பதற்குள் - என்
முகமளவு வளர்ந்து நிற்கிறாயே...

என் துன்பமெல்லாம் - உன்
ஒற்றைச் சிரிப்பை கண்டவுடன்
ஓடி மறைந்து போகிறதே...
என் வலிகள் எல்லாம் - உன்
ஒற்றைத் தொடுதலில்
காணாமற் போகிறதே...
என்ன மந்திரம் போடுகிறாய்...

நீ பெற்றோருக்கு
செல்லமென ஊர் சொல்கிறது...
அவர்களுக்குத் தெரியாது
நாங்கள் இருவரும் - உன்
செல்லமென...

என் வாழ்க்கையில்
தெய்வம் தந்த பொக்கிஷம்...
நீ மட்டுமே - என் செல்ல மகளே...
நீ மட்டுமே!

- எஸ்.லதா,
ஊஞ்சவேலம்பட்டி



ஜூலியட் ராஜ்

அந்தச் செய்தியைக் கேள்விப் பட்டதிலிருந்து மனம் துவண்டு போனது. என்ன கொடுமை இது? எனக்கே கண்மூடி உட்கார்ந்து அழ வேண்டும் போலிருந் தது. அந்தக் குடும்பம் என்னக் கஷ்டப்படப் போகிறதோ... தெய்வமே!

ரோகிணி முதலில் ரத்தினத்தைப் பற்றி சொன்னது என் நினைவுக்கு வந்தது. ரத்தினத்தின் மகள் கீதா, என்னுடைய பெண் ஹேமாவோடு ஒரே வகுப்பில் படிப்பவள். அன்று அவள் பள்ளியில் நடந்த ஒரு நிகழ்ச்சிக்கு சென்றிருந்தபோது, எதிரில் வந்த ரத்தினத்தைப் பார்த்துப் புன்னகைத்த ரோகிணி, எனக்கும் அவரை அறிமுகப்படுத்தினாள். ''இவர் என் கணவர் மணி. நீங்க எப்படியிருக்கீங்க? கீதா, உங்கள் மகளா? ஹேமா அடிக்கடிச் சொல்வா'' என்று சம்பிரதாயமாகப் பேசினாள்.

நான் சாதாரண நிகழ்வாக அதை மறந்துவிட, இரவு தனிமையில் விளக்கை அணைத்துவிட்டு ரோகிணி சொன்னது, எனக்கு இன்னும் பசுமையாய் நினைவிருக் கிறது.

''என்னங்க... இன்னைக்கு நாம பார்த்தோமே ரத்தினம்... அதாங்க எங்க ஊர்க்காரர்னு சொன்னேனே..''

''ம்... கீதா அப்பா தானே?''

''ஆமாங்க. அவரைத் தான் நான்... நாங்க ரெண்டு பேருமே, நம்ம கல்யாணத் துக்கு முன்ன ஒருத்தருக் கொருத்தர் விரும்பினோம்...'' என்றாள்.

என்ன சொல்வது என்று தோன்றாமல் அமைதியாகயிருந் தேன். என் மௌனம் அவளைப் புண்படுத்தியிருக்க வேண்டும்.

''ஏங்க அமைதியாயிருக் கீங்க? கோவமா... நான் உங்கக் கிட்ட உண்மையாயிருக்கணும்னு நினைக்கறேன். அது தப்பாங்க...'' என்றவள், இன்னும் குரலை மென் மையாக்கியபடி, ''ஏன் இவ்வளவு



மட்டும்...

சிறுகதை

நான் சொல்லலேன்னு நினைக்கறீங்களா... அது முடிஞ்சுப் போச்சுன்னு நினைச்சிருந்தேன். அவரை திடீர்னு எதிர்ல பார்த்ததும், உங்கக்கிட்டச் சொல்லணும்னு தோணிச்சு... நாளைக்கு யார் மூலமாவது தெரிய வரக் கூடாதுன்னுதான்...'' என்று பேச்சை நிறுத்திக் கொண்டாள்.

மெள்ள அவள் கரத்தைப் பற்றிக்கொண்டேன். அவள் படபடப்பு நிச்சயம் அடங்கிப் போயிருக்கும். ''ரோகிணி, நான் ஏதாவது நினைப்பேன்னு பயப்படறியா? நம்ம கல்யாணத்துக்கு முன்னே நடந்ததெல்லாம் எனக்கு எப்படிச் சொந்தமாகும்? நீ சாதாரணமாயிரு. நம்மை பொறுத்தவரை ரத்தினம் உங்க ஊர்க்காரர். அவ்வளோதான், என்ன...'' என்றேன்.

இரண்டு நாட்கள் மன தடுமாற்றத்தோடு தெரிந்த ரோகிணி, பின் சகஜமானாள். எதிரில் ரத்தினத்தைப் பார்த்தால் பரஸ்பரம் புன்னகையைப் பரிமாறிக் கொண்டோம்.

ஆஃபிஸ் விட்டு, பேருந்தில் ஏறி வீடு திரும்பும்போது மனம் அலை பாய்ந்தது. இனி என்ன செய்யணும்! என்ற குழப்பம் ஏற்பட்டது. ஏதாவது செய்தாக வேண்டும். காதல் என்பதும் ஒரு பந்தம்தான். தோற்றுப் போனாலும் மனதுக்குள் உறங்கிடும் பந்தம். அதற்கும் வலியும் உயிரும் உண்டு. இதெல்லாம் இப்போது என் மனத்தில் தோன்றியது.

வீடு திரும்பும்போதே என்ன செய்வதென்று மனதுக்குள் தீர்மானித்துக்கொண்டேன். ரோகிணி, வாசலில் கொடியில் காய வைத்த துணிகளை எடுத்துக்கொண்டிருந்தாள். என்னைக் கண்டதும் அவள் முகம் மலர்ந்தது. இந்த விஷயத்தைக் கேள்விப்பட்டால் கண் கலங்குவாளா... நிஜத்தைச் சொல்லவே இருட்டைத் தேடியவளாயிற்றே...

''என்ன சார், ஏதோ தீவிர யோசனையில் வர்றீங்க... எந்தக் கோட்டையைப் பிடிக்கப் போறீங்க?'' என்றாள் உற்சாகமாகத் தோளைத் தட்டியபடி.

மேசைமேல் கைப்பையைப் போட்டுவிட்டு நாற்காலியில் அமர்ந்தேன்.

''ரோகிணி, நான் வெளியூர் போகணும்...''

ஏன்? என்றாள் விழியசைப்பில்.

''என் நண்பனோட அப்பா இறந்துட்டார். கள்ளக்குறிச்சிவரை போகணும்'' என்றேன்.

''அடக்கடவுளே! வயசானவங்களா... நாளைக்கு வந்துடுவீங்கல்ல...''

''ம்... ஆமா, இல்ல... அவங்க பொண்ணு, வெளிநாட்டிலிருந்து வராளாம். அதனால் நாளை மறுநாள் தான்

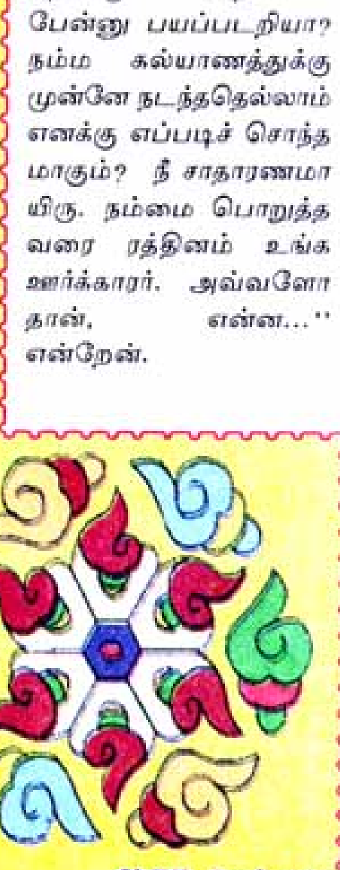


★ எந்தப் பணியிலும் பெண் இணைந்தாலன்றி, நாட்களும் புனிதமாகாது; வாழ்வும் புனிதமாகாது.

- ரஸ்கின்

தகவல் : என். ஜரினாபானு, திருப்பட்டினம்

பெண் மொழி!



லதா, சென்னை

தகனம் செய்வாங்க. முடிஞ்சதும் வந்துட றேன்.''

''அதுக்கேங்க, இப்போ, இவ்வளவு அவசரமா போகணும். நாளைக்குக் காலையிலே போக வேண்டியது தானே...''

''இல்ல ரோகிணி. அவன் என் நல்ல நண்பன். உதவிக்கும், ஆறுதல் சொல்லவும் ஆள் இருக்கோ என்னவோ, அதனால உடனே போயாகணும்'' என்றேன்.

''மனசை தேத்திக்குங்க. டிரஸ்சை மாத்திகிட்டு, காப்பி குடிச்சுட்டுக் கிளம் புங்க. ஏய் ஹேமா! உட்கார்ந்து ஹோம் வொர்க் எழுது'' என்றபடி சமையலறைக் குள் போனாள்.

இவளிடம் அதை எப்படிச் சொல்வது, சொன்னால் எப்படி எடுத்துக்கொள்வாள்? விளக்கை அணைத்துவிட்டு கண் துடைத்து ரகசியமாய் தலையணையை நனைப் பாளோ... அவள் மனம் விட்டு அழுதால் தான் துயரம் தீரும். நான் இங்கிருக்கக் கூடாது.

ஒரு செட் துணியைத் தோள்பையில் எடுத்து வைத்துக்கொண்டு கிளம்பினேன்.

''அடிக்கடி ஃபோன் பண்ணுங்க'' என்ற ரோகிணியின் குரல் என்னை வெகுநேரம் இம்சித்தது.



சீரகம் எளிதில் ஜீரணமாக்கக் கூடிய உணவு பொருள். சீரக சாதம், சீரக ரசம் உணவில் சேர்த்து வர, நோய் எதிர்ப்புசக்தி அதிகரிக் கும். நோய் எளிதில் அண்டாது. இரவு நேரத்தில் வறுத்த சீரகத்தை வாழைப்பழத்தில் தொட்டுச் சாப்பிட, ஆழ்ந்த தூக்கம் நிச்சயம்.

– என்.கலாமணி,
ராசிபுரம்

மெள்ள நடந்து தாம்பரம் பஸ் நிறுத்தத்துக்கு வந்தேன். செங்கல்பட்டு சென்று ஒரு ஹோட்டலில் அறை எடுத்து தங்கி ஓய்வெடுத்துவிட்டு, நாளை மறுநாள் வீடு திரும்ப வேண்டும் என தீர்மானித் திருந்தேன்.

அருகிலிருந்த தொலைபேசி பூத்துக்கு சென்று, வீட்டு எண்களைச் சுற்ற அந்தப் பக்கம் ரோகிணி, ''ஹலோ..'' என்றாள்.

''ம்... ரோகிணி... நான்தான், பஸ் ஸ்டாண்டுலே நிற்கறேன். பஸ் கிளம்பப் போகுது. இங்க வர்ற வழியிலதான் கேள்விப்பட்டேன். கிதாயில்ல கிதா... அதான் ஹேமா பிரெண்ட்... அவ அப்பா ரத்தினம், உங்க ஊர்க்காரர், ஏதோ விபத் துல இறந்துட்டாராம். சாரிம்மா... முடிஞ்சா நீ போய் பார்த்துட்டு, ஆறுதல் சொல்லிட்டு வா... பஸ் கிளம்பப் போகுது. நான் வெச்சிடறேன் ரோகிணி...'' என்று ரிஸி வரை வைத்துவிட்டு மெள்ள வெளியே வந்தேன்.

அழுவாளோ... அழட்டும். மனம் விட்டு அழட்டும். அப்போதுதான் மனத் திலுள்ள துயரம் தீரும். நான் இருந்தால் என் எதிரில் அழ முடியாது. என்று நினைத்தபடி பேருந்தை எதிர்பார்த்து காத்திருந்தேன். மனம் சற்று இலேசா னது. ●

பத்து மணிக்கு நல்ல மாமியாராக இருந்தவள், பன்னிரண்டு மணிக்குள் கெட்ட வில்லியாக மாறுவது எப்படி?

பதினொரு மணிக்கு நல்ல அப்பாவாக இருந்தவர், ஒரு மணிக்குள் கொடுமைக் கார தாதாவாக எப்படி மாறினார்?

பாசத்தைப் பொழியும் தியாகச்சின்ன மாக விளங்கிய மருமகள், இரண்டு மணி நேரத்தில் மாமனார் மாமியாரை கொடு மைப்படுத்தி, முதியோர் இல்லத்துக்கு எப்படி அனுப்பினாள்?

கொண்ட பெண், இரண்டுமணி நேரத்தில் மணப்பெண் உடையில் அக்னியை வலம் வந்து 'மாங்கல்யம் தந்துநா நேனா' என மாங்கல்யத்தை ஏற்றுக் கொள்வது எப்படி?

இப்படி மண்டையைக் குடையும் 'எப்படி'களுக்கு விடை தெரியாமல் குழம்புகிறீர்களா! இது வேறு ஒன்றும் இல்லை. ஞாபக மறதி போல், இதுவும் ஒரு குழப்பமறதிதான். இதன் பெயர் 'டிவிலோ சீரியோ சின்ட்ரோம்' என்பார்கள்.

அதிகமாக டி.வி. சீரியல்கள் பார்ப் பவர்களுக்குத்தான் இந்த மாதிரி குழப்ப மறதி அதிகம் உண்டு. குறிப்பாக பெண் களுக்கு வர வாய்ப்புகள் அதிகம்.



என்ன காரணம் என்கிறீர்களா! ஒரே நடிகர் அல்லது நடிகை, பல சீரியல்களில் நடிக்கும்போது பல வேடங்களில் தோன்றுவார்கள். யார் யார் எந்தெந்த சீரியலில், எந்தெந்த வேடத்தில், நடிக்கிறார் கள் என பார்க்கும் நமக்கும் குழப்பம்.

இந்த மாதிரி, குழப்பங்கள் வராதிருக்க ஒன்று - அதிகமாக சீரியல்கள் பார்ப்பதற்குத் 'தடா'. இரண்டு - ஒவ்வொரு சீரியலின்

'சின்ட்ரோம்' பலவிதம்!

அரதப்பழசான புடைவை, அழும் கண்களுடன் சமையற்காரியாக வளைய வரும் நடுத்தரப் பெண்மணி இரண்டு மணி நேரத்துக்குள் பங்களா, எஸ்டேட் ஓனராகி, பட்டுப் புடைவை, கோல்ட் ஃப்ரேம் கண்ணாடி, காஷ்மீர் ஷால் போட்டுக் கொண்டு அமர்க்களமாக அதி காரம் பண்ணுவது எப்படி?

காதல் தோல்வியில் தற்கொலை செய்து

பெயரும், அதில் நடிக்கும் நடிகர் நடிகை களின் பற்றிய சிறு குறிப்பும் எழுதி வைத்துக் கொண்டு, அந்தந்த சீரியல் வரும்போது அந்தக் குறிப்பை படித்து விட்டு (த்யான ஸ்லோகம் போல்) பிறகு பார்த்தால் மேற்கண்ட குழப்பங்கள் வராது. இது சத்தியம்! சத்தியம்!! சத்தியம்!!!

- சுதா ஹரன்,
பெங்களூரு



ஜொலிக்கிறாங்க!

சுகன்யா ராம்கோபால்

ஆண்கள் மட்டுமே வாசித்து வந்த 'கடம்' வாத்தியத்தை நீங்க முதன்முதலாக வாசித்தபோது எப்படிப்பட்ட வரவேற்பு கிடைத்தது

சக இசைக் கலைஞர்களைவிட ரசிகர்களிடமிருந்துதான் ஏகோபித்த வரவேற்பு கிடைச்சது. சின்ன வயசுலயிருந்தே எனக்குத் தாள வாத்யங்கள்ல ஆர்வமிருந்தது. ஒரு நாள் திடீர்னு ''நான் மிருதங்கம் வாசிக்கப் பழகப் போறேன்''னு வீட்டுல சொன்னப்ப, ''அது ஆண்களோட வாத்யம்... உன்னால நிச்சயம் வாசிக்க முடியாது''ன்னுதான் எல்லோரும் சொன்னாங்க.

அப்பவே என் மனசுக்குள்ள ஒரு தீர்மானம் வந்துடுச்சு. அது எப்படி முடியாமல் போயிடும்? 'நான் வாசிச்சுக் காட்டறேன் பாருங்க!'ன்னு மிருதங்கக் கிளாஸுக்குப் போனேன். என்னோட பன்னிரண்டாவது வயசு முதல் கடம் கத்துக்க ஆரம்பிச்சேன். கடம் என்பது நல்ல கனமான பானை... அதை வாசிக்கிறப்போ விரல்கள் எல்லாம் கன்றிப் போயிடும். தோள்பட்டை வலிக்கும். காயம்கூட படும். ஆனால் அதெல்லாம் எனக்கு ஒரு பொருட்டாவே தெரியலை. இசையில் மூழ்கினப்புறம் எந்தச் சோதனை வந்தாலும் அது சாதனை புரியறதுக்காக ஆண்டவன் நமக்கு தயாரிச்சுக் கொடுத்த டெஸ்ட் பேப்பர்னே நினைக்கிறேன்.

முழுக்க முழுக்க பெண் இசை கலைஞர்களைக் குழுவினர்களாகக் கொண்டு நடத்தப்படும் எங்களது 'ஸ்த்ரீ தாள் தரங்' இசை குழு, இன்று உலகம் முழுவதும் ஜோராக வலம் வந்து கொண்டிருக்கிறது என்றால் அது புதுமைக்கும் தரத்துக்கும் கிடைத்த வெற்றிதான்!''





தீராத நோயோடு போராடும் ஒரு பெண்ணின் தன்னம்பிக்கை ததும்பும் உண்மைக் கதை!

10

சாரதா

வெளியுலகத்தில், ஒரு பெண் சந்திக்க வேண்டிய சவால்கள் நிறைய. நம் குடும்பத்திலேயே பிரச்னைகளை சமாளிக்க முடியாமல் துவண்டு போனால், வெளியுலக அனுபவத்தை சந்திக்கவே தயங்குவோம். அனுபவத்தைப் போன்ற ஒரு சிறந்த ஆசான் எதுவுமில்லை. அனுபவங்கள் மூலம், இறைவன் நமக்கு ஏதோ ஒரு விஷயத்தைக் கற்றுத் தருகிறார்.

மீண்டும் விமானப் பயணம் என்ற பேச்சு வந்தவுடன், என்னுடைய மருத்துவர் குழுவிடம் ஆலோசனை பெற்றேன். இதைச் சொல்லும்போது, என்னைப் பார்த்தால் உங்களுக்குக் கொஞ்சம் பொறாமையாக இருக்குமே - என்னடா இவளுக்கு ஒரு குழுவே ஆலோசனை வழங்குகிறது என்று! ஸ்லீரோடெர்மாவா கொக்கா!! (பல்வேறு உறுப்புகள் பாதிப்புக்குள்ளாகிறதே)

விமானப் பயணம் உயிருக்கு ஆபத்தில்லை என்றாலும் காற்றழுத்தத்தினால் மீண்டும் மூச்சுத் திணறுமா, திணறாதா, என்று மருத்துவர்களால் திட்டவட்டமாக சொல்லமுடியவில்லை. எதற்கும் முன்னெச்சரிக்கையாக, ஏர்லைன்ஸில் பேசி,

ஆக்ஸிஜன் ஏற்பாடு செய்து கொள்ளும்படி அறிவுறுத்தினார்கள். விமானப் பயணம் செல்வதற்கு முன் தலைச்சுற்றல் மாத்திரையும் போட்டுக்கொள்ள சொன்னார்கள்.

என் கணவர், தேவைப்பட்டால் ஆக்ஸிஜன் தருமாறு ஏர்லைன்ஸில் விண்ணப்பித்து விஷயத்தையும் விளக்கினார். ஏர்லைன்ஸின் டாக்டர்கள், நான் தனியாகப் பயணம் செய்ய முடியாது என்றனர். அதோடு, என் உடல் நிலைக்கு ஆபத்து வந்தால் அவர்கள் பொறுப்பல்ல என்று எழுத்தின் மூலம் ஓர் ஒப்புதலும், நான் பிரயாணம் செய்யலாம் என்று உத்திரவாதம் தரும் மருத்துவர் சான்றிதழும் தரும் நிபந்தனைகளோடு பயணம் செய்யலாம் என்று இறுதியாக பதில் அளித்தார்கள்.

இதைப் படிப்பவர்களுக்கு ஒரு செய்தி - ஒவ்வொரு விமானப் பயணத்தின் போதும், பிரத்யேக கவனிப்பு தேவைப்படும் பயணிகள் பற்றிய குறிப்பு, மருத்துவ நிபுணர்களால் காபின் க்ரூவிற்குத் தரப்படுகிறது. ஆக எந்தப் பயணியும் பயணம் செய்யத் தகுதியானவரா என்று நிர்ணயிக்கும் அதிகாரம், விமான அதிகாரிகளுக்குக் கிடையாது; அதே நேரத்தில் மருத்துவர் பரிந்துரைக்கேற்ப பயணிக்குத் தேவையான உதவியைத் தரும் கடமை, விமான அதிகாரிகளுக்கு இருக்கிறது.

எதற்கு இவ்வளவு விளக்கங்கள் தருகிறேனென்றால், எழுத்து வடிவில் இத்தனையிருந்தும், நடைமுறையில் இவை நடக்காததால் நான் பட்ட அவஸ்தை. என் உடலும் மனதும் இருந்த நிலைக்கு ஏற்புடையதாக இல்லை.

செக்-இன் செய்யும்போது, ''என் பெயரில் தேவைப்பட்டால் ஆக்ஸிஜன் கொடுக்கக் கூடிய ஏற்பாடு உள்ளதா?'' என்று கேட்டேன். ''இவ்வளவு தெம்பா, உற்சாகமா இருக்கீங்க, உங்களுக்கா ஆக்ஸிஜன்?'' என்று அவர் சொல்லும் போதே அவருடைய உயரதிகாரி, ''நீங்கள் பிரயாணம் செய்ய முடியாது. உள்ளே சென்று ட்யூட்டி மானேஜரைப் பாருங்கள்; தயவு செய்து இங்கே எந்த இடைஞ்சலும் செய்யாதீர்கள்'' என்று கத்தி, என் பெட்டிகளையும் என்னையும் அப்புறப்படுத்தினார்.

நானும் என் மகளும், இங்கும் அங்கும் அலைந்து, அதிகாரிகளோடு பேசிப் பேசி மாய்ந்து, நல்லபடியாக பயணிக்க வேண்டுமே என்று பயந்ததில், மூச்சுத் திணறல் தொடங்கியது. அந்த ட்யூட்டி மானேஜரிடம் எனக்கிருந்த கோபத்தையெல்லாம் கொட்டி, ''ஏன் மனிதாபிமானம் இல்லாமல் நடந்து கொள்கிறீர்கள்? நான் பிரயாணம் செய்யும் நிலையில் தான் இருக்கிறேன். தேவைப்பட்டால் ஆக்ஸிஜன் தரவேண்டும் என்பது மட்டும் தான் என் வேண்டுகோள். இதற்கு இப்படியா நடத்துவது?'' என்று கூக்குரலிட்டபின், என் சம்மந்தப்பட்ட காகிதங்களை வரவழைத்து, பிறகு மன்னிப்புக் கேட்டார்கள். அவர்களது வீல் சேர் உபசரிப்பை நிராகரித்து, விமானத்தில் ஏறினேன்.

விமானத்தின் கமாண்டர், என்னோடு விமானம் கிளம்பாது என்று பிரச்னை

பேசுகிறேன்!



ஒருவன் வாழ்க்கையில் மிகவும் கஷ்டமான நிலையில் துன்பப்பட்டுக் கொண்டிருந்தானாம். எந்தப் பக்கம் சென்றாலும் இடையூறுகளும், தோல்விகளுமே வந்தனவாம். அவன் கடவுளிடம், ''நான் நேர்மையானவன், நல்லவன். என் கஷ்டத்தில் நீ துணை புரிய மாட்டாயா?'' என்று வேண்டினானாம். கடவுள் அவன் முன் தோன்றி, அவனை அழைத்துக் கொண்டு, அவன் கடந்து வந்த பாதையை நினைவூட்டிக் கொண்டே வந்தாராம்.

அவன் மகிழ்ச்சியாக இருந்த காலகட்டத்தில், இறைவன் அவனோடு இருந்ததற்கு சாட்சியாக,

செய்தார். ''நான் பிரயாணம் செய்யக் கூடாது என்று சொல்வதற்கு நீங்கள் யார்? உங்களுக்குத் தேவையான சான்றிதழ்களைத் தந்துவிட்டேன். எந்த அசம்பாவிதத்துக்கும் நீங்கள் பொறுப்பில்லை என்று சொல்லிவிட்டோம். இதற்குப் பிறகும் ஒரு பெரிய பொறுப்பில் இருக்கும் அதிகாரி, நிலைமையை சீர்செய்து உதவ முனையாமல் இப்படியா நடந்து கொள்வது?'' என்று நான் வாக்குவாதம் செய்யவே, இறுதியில் ஒப்புக்கொண்டார்.

ஆக, அந்தக் கலாட்டாவினால், விமானத்தில் அன்று ஆக்ஸிஜன் தேவைப்பட்டது. ஆனால், சென்ற வேலை வெற்றிகரமாக முடிந்ததால், திரும்பும்போது ஆக்ஸிஜன் தேவையில்லாமல். ஒரு சராசரிப் பயணியைப்போல் வந்து சேர்ந்தேன்.

(சீக்கிரத்தில் போர்ட்டபிள் ஆக்ஸிஜன் கான்ஸன்ட்ரேடர் என்ற வஸ்துவை வாங்கலாம் என்றிருக்கிறேன். எனக்கு பொன்னகை எல்லாம் வேண்டாம்; என் புன்னகை நிலைத்திருக்க இது போதும்'' என்று கணவரிடம் கூறிக் கொண்டிருக்கிறேன்.)

வெளியுலகத்தில், ஒரு பெண் சந்திக்க வேண்டிய சவால்கள் நிறைய. நம் குடும்பத்திலேயே பிரச்னைகளை சமாளிக்க முடியாமல் துவண்டு போனால், வெளி

டாக்டர். ரங்கராஜன், மன நல மருத்துவர்

தீராத நோயோடு வாழ்பவர்களுக்கு மனவலிமை அதிகம் தேவை. உடல் உபாதைகளைத் தாண்டி, இயல்பு வாழ்க்கை வாழ முயல்வது அவர்களுக்கு மன அமைதியைத் தரும். ஸ்லீரோடெர்மாவைப் பொறுத்த வரை, சரும மாற்றத்தினால், பார்ப்பதற்கு தோற்றத்தில் சற்று மாற்றத்தைக் காணக் கூடும். இதனால் அவர்களுக்கே தங்கள் மீது தன்னம்பிக்கை குறையும்; பார்ப்பவர்கள் தொற்று வியாதி ஏதாவதோ என்று நினைத்து ஒதுங்கக் கூடும்; சமுதாயத்தின் மாறுபட்ட பார்வை அவர்களை மேலும் பலவீனமாக்கலாம். குடும்பத்தினரும் புரிந்து கொண்டு அனுசரணையாக இல்லையென்றால் ஒரு காலக் கட்டத்தில் அவர்களும் வெறுப்படைந்து, நோயாளியையும் வெறுப்படையச் செய்யலாம். இவற்றால் நோயாளிகளுக்கு, மன உளைச்சலில் தொடங்கி மனச் சிதைவு அளவுக்கு (psychosis) கொண்டுபோய் விடவும் வாய்ப்பிருக்கிறது. உட்கொள்ளும் மருந்துகளின் பக்க விளைவினாலும்

இரண்டு ஜோடிப் பாதச்சுவடுகள் தெரிந்ததாம். கஷ்ட காலத்தில் ஒரு ஜோடிப் பாதங்கள் மட்டுமே இருந்ததைப் பார்த்து கண்ணீர் வடித்தவன், "எனக்கு கஷ்டம் எனும் போது நீ எங்கே சென்று விட்டாய்? அல்லது நீ என்னுடன் இல்லாததனால் தான் எனக்கு கஷ்டங்கள் வந்ததா? ஏன் என்னைக் கைவிட்டாய்?" என்று மன்றாடினானாம்.

உடனே இறைவன், "மகனே, கஷ்ட காலத்தில் நீ பார்த்த ஒரு ஜோடிப் பாதச்சுவடுகள் உன்னுடையதல்ல, என்னுடையது. உன்னை நான் தாங்கிக் கொண்டதனால் தான் நீ தொடர்ந்து அந்தப் பாதையைக் கடக்க முடிந்தது. நான் தொடர்ந்து உனக்குப் பக்க பலமாக இருப்பேன் என்ற நம்பிக்கையை மட்டும் கைவிடாதே. அனுபவங்கள் ஏற்படுவது என்னால் என்றாலும், அதை எதிர் நோக்கும் சுதந்திரம் உன்னுடையது. மன உறுதியோடு எதிர்கொள்; உன் கனவுகள் நிஜமாகும்" என்றாராம்.

யுலக அனுபவத்தை சந்திக்கவே தயங்கு வோம். அனுபவத்தைப் போன்ற ஒரு சிறந்த ஆசான் எதுவுமில்லை. அனுபவங் கள் மூலம், இறைவன் நமக்கு ஏதோ ஒரு விஷயத்தைக் கற்றுத் தருகிறார்.

மறுபடியும் என் வகுப்புகள், குடும் பம் என்று மூழ்கியிருந்த நேரத்தில், பல் வலி வந்தது. ஏழு வருடங்களுக்கு முன் ஒரு முறை பல் வலி வந்து, என்னுடைய ஞானப்பல்லை நீக்க முனைந்தது நினை வில் வந்து பயமுறுத்தியது. என் முகத்தில் சருமம் இறுக்க மடைந்திருப்ப தால் எவ்வளவு முனைந்தும் பல் எடுப்பதற்குத் தோதாக என் வாயைத் திறக்க முடியவில்லை. இதனால் உதட்டின் ஓரத்தில் சிறியதாக வெட்டி, பிறகு பல்லை எடுத்தனர். அந்தப் புண் ஆறுவதற்கு வாரங்கள் ஆனது. "அய் யய்யோ மறுபடியும் பல் வலியா?" என்ற பயத்தில் தலைவலியே வந்துவிட்டது. இதுவும் கடந்து போகும் என்று காத்துக் கொண்டிருக்கிறேன்.

நான் எப்படிப்பட்டவள், என் மன ரீதி யான பிரச்னைகள் என்ன, தீரா நோய் வந்த வர்களுடைய சுற்றத்தாரின் பங்கு என்ன என்பதை அடுத்த முறை பகிர்ந் துக் கொள்ள ஆசைப்படுகிறேன்.

(பேசுவேன்)


* டாக்டர் ரங்கராஜன்

மன உளைச்சல் ஏற்படும்.

இவற்றை அணுகும் முறை என்று பார்த்தால், உறவினர் களும் சமுதாயமும் தன்னை ஏற்றுக் கொண்டு அன்பைக் காட்ட வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்காமல், தைரியத்தோடும் தன்னம்பிக்கை யோடும் தங்கள் வாழ்க்கையைத் தொடர வேண்டும்.

சில மனரீதியான பிரச்னைகளுக்கு மருந்துகள் பயன் தரும்; உறவினர், சுற்றத்தார் போன்றோர் சம்மந்தப்பட்ட பிரச்னைக்கு, தியானம், கவுன்ஸ்லிங் அல்லது ஃபிஸியோ தெரபி பயன் தரும்.

சாரதாவை எனக்குத் தெரி யாது போனாலும் அவரை, தன்னம்பிக்கை மிகுந்தவராகப் பார்க் கிறேன். பிரச்னைகளை யதார்த்தமாக அணுகுவதும், இது என் வழ்க்கை, இதில் என்னால் முடிந்ததைச் செய் வேன் என்ற உறுதியும், இடிந்து போய் உட்காராத தன்மையும், இவர் போன்ற தீரா நோயாளிகளுக்குத் தேவை யானவை.



வீட்டுக்கு வரும் பெண்களுக்கு தாம்பூலம் தரும்போது உடன் வரும் குழந்தைக்கு முதலில் கொடுத்துவிட்டால், குழந்தையின் முகத்தில் மகிழ்ச்சி ஏற்படும். இந்தச் சம்பிர தாயமும் குழந்தைகள் மனத்தில் பதியும்.

– பிருந்தாசுந்தரம்,
வடபழனி



'பரணில் வைக்கும் பொருள்களை டைரியில் எழுதி வைத்துக் கொள்ளலாம்' என்று மங்கையர் மலரில் ஒரு வாசகி எழுதியிருந்தார். அதைவிட பொருள் களின் லிஸ்ட்டை ஒரு வெள்ளைத்தாளில் பெரிய எழுத்தில் எழுதி [கீழிருந்தே படிக்கும் அளவுக்கு] அந்த அட்டைப் பெட்டியில் ஒட்டி வைத்தால் இன்னும் சுலபமாக இருக்கும்.

– எஸ்.மங்கையர்க்கரசி,
நெய்வேலி–3

வீட்டிலிருக்கும் பெரியவர்கள், வரு டத்துக்கு ஒருமுறை, ஆன்மிகச் சுற்றுலா செல்வதை வழக்கமாக்கிக் கொள்ளலாம். இதனால் அவர்களது மன இறுக்கம் குறைவதோடு மகிழ்ச்சியும் கூடும்.

– சுகுணா ஸ்ரீனிவாசன், சென்னை

கோடையில் அடிக்கடி தாகம் ஏற்படும். சிறிது சோம்புடன் சர்க்கரையை வெறும் வாயில் மெல்ல, தாகம் தணியும்.

– காயத்ரி, சென்னை

பென்ஷன் இல்லாத உத்தியோகங் களில் இருப்பவர்கள், தங்கள் ஐம்பதாவது வயது முதலே ரிடையர்மெண்ட் பற்றிச் சிந்திக்க ஆரம்பித்துவிடவேண்டும்.

– லக்ஷ்மி பாலசுப்ரமணியம்,
மைலாப்பூர்

நன்றாகப் பழுத்த நாட்டு வாழைப் பழத்துடன் சிறிது ஆலிவ் ஆயில் சேர்த்துப் பிசைந்து முகத்தில் தடவவும். ஒரு மணி நேரம் கழித்து முகம் கழுவி வர சருமம் பளபளக்கும்.

– வே.சித்ரா வேடியப்பன்,
திருவண்ணாமலை

செடிகளுக்கு மாலை நேரத்தில் தண்ணீர் ஊற்றினால், இரவு முழுவதும் ஈரப்பசையை இழுத்து கொள்ளும். இத னால் பூ, காய், பழம் என எதுவாக இருந் தாலும் அதிக பலன் கிடைக்கும்.

– என்.ஜெயலக்ஷ்மி, சென்னை – 41

இவை எல்லாமே ஆஹா 50 தான்!





குறட்டைக்கு குட் பை!

மும்பையில் இருக்கும் என் சகோதரிக்கு ஏற்பட்ட அனுபவத்தை மங்கையர் மலர் வாசகிகளுடன் பகிர்ந்துக் கொள்கிறேன்.

வாசகி அனுபவம்

என் சகோதரி மெனோபாஸ் பிரச்னைக்காக அவ்வப்போது மருத்துவரிடம் பரிசோதனைக்குச் சென்று வருவாள். ஒருமுறை பரிசோதனைக்குச் செல்லும் போது தன் மகளை அழைத்துக் கொண்டு சென்றிருந்தாள். என் சகோதரியைப் பரிசோதித்த டாக்டர், ''இரவு நேரத்தில் நன்றாகத் தூங்குவீர்களா?'' என்று விசாரித்திருக்கிறார்.

என் சகோதரி, (பின் விளைவு தெரியாமல்) ''அதெல்லாம் சூப்பரா குறட்டை விட்டுத் தூங்கறேன் டாக்டர்'' என்று பெருமையாக சொல்லவும், ''என்ன குறட்டை விட்டுத் தூங்கறியா?'' என்று டாக்டர் திடீரென 'சிங்கமுத்து' குரலில் மாறி பதற்றமாக கேட்டிருக்கிறார்.

என் சகோதரி, ''இல்ல டாக்டர் என் மகள்தான் சொல்லுவா'' என்று பக்கத்திலிருந்த மகளை கைகாட்டி பழியை தன் மகள் மேல் போட்டு தப்பிக்க, டாக்டரின் கேள்விக் கணை, பதினைந்து வயதான மகளைப் பார்த்துப் பாய்ந்தது. மிரண்டுபோன மகளும் ''ஆமாம் டாக்டர்'' என்று தயங்கியபடியே பரிதாபமாக சொல்லியிருக்கிறாள்.

''அப்படியெல்லாம் செய்யக்கூடாது. இதை உடனே கவனிக்கணும்'' என்ற மருத்துவர், பக்கத்திலிருந்த அவரது மருத்துவக் கணவரிடம் இவர்களை அனுப்பி வைத்திருக்கிறார்.

கூண்டுக்குள் சிக்கிய கிளிகளாக இவர்கள் அந்த டாக்டரிடம் செல்ல, அந்த டாக்டரும் இவளிடம் அதே கேள்விகளை கேட்டு, ''நீங்க உடனே உங்கக் கணவரை அழைத்துக் கொண்டு என்னை வந்து பாருங்க... தாமதிக்காதீங்க... அப்பதான் சிகிச்சையை உடனே தொடங்க முடியும்'' என்று சொல்லியிருக்கிறார். தனக்கு ஏதோ பெரிய வியாதி என்று நினைத்த என் சகோதரி, தன்

கணவனிடம் விஷயத்தைச் சொல்லியிருக்கிறாள். சாதாரணமாக மருத்துவமனை பக்கமே தலைவைத்துப் படுக்காதவர், உடனே மனைவியுடன் ஆட்டோவில் பறந்திருக்கிறார்.

என் அத்திம்பேரை பார்த்ததும் அந்த டாக்டர் குறட்டை விஷயத்தை விசாரிக்க, அவரும் ''ரொம்ப சத்தமா இல்ல சார், எப்பவாவது'' என்று சொல்ல, ''நோ, நோ... உங்க டாக்டர் எல்லாத்தையும் சொல்லிட்டாங்க. குறட்டையைப் பத்தி நான் அமெரிக்கா போய் 'ரிசர்ச்' பண்ணிட்டு வந்திருக்கேன். இதை இப்படியே விட்டா, 'ஹார்ட் அட்டாக்', 'பாரலிஸஸ் அட்டாக்' வந்து கை, கால் செயலிழந்து போகலாம்'' என்றதோடு இன்னும் வாயில் நுழையாத வியாதிகளையும் சொல்லி பயமுறுத்தியிருக்கிறார்.

பிறகு ''நீங்க எங்க வேலைப் பார்க்கறீங்க?'' என்று விசாரித்திருக்கிறார். இவரும் தான் வேலை பார்க்கும் வங்கியின் பெயரை சொல்ல, சந்தோஷமான டாக்டர், ''அப்ப லோன் வாங்க ரொம்ப சௌகரியமாப்போச்சு'' என்று சொல்லி சிரித்திருக்கிறார்.

இவர் அமெரிக்கா போய் 'ரிசர்ச்' பண்ணினதுக்கு நான் எதுக்கு லோன் வாங்கணும் என்று நினைத்து வாயடைத்துப் போயிருந்த என் அத்திம்பேரிடம், இரண்டு ஒயருடன் இருந்த மெஷினை காட்டி ''இந்த ஒயர்களை இரண்டு மூக்கிலும் செருகிண்டு (தும்மல் வராதோ) தூங்கணும். இந்த மெஷினின் விலை வெறும் 75,000/- ரூபாய்தான்'' என்று விளம்பர பாணியில் தொடங்கி, ''மிஷின் வைப்பதற்கு முன்னால் பரிசோதனைக்காக உங்க மனைவி ஒரு நாள் இங்கே வந்து தங்க வேண்டும். அவங்க தூங்கும்போது குறட்டை விடும் அளவை வைத்துதான் சிகிச்சை ஆரம்பிக்கணும்'' என்று பேசிக்கொண்டேபோக, மிரண்டுபோன அத்திம்பேர், என் சகோதரியின் கையைப் பற்றிக்கொண்டு நடந்தே வீடு வந்து சேர்ந்திருக்கிறார்.

இந்தச் சம்பவத்துக்கு பிறகு என் அக்கா, கொஞ்சம் யோசித்துதான் மூச்சே விடுகிறாள். அந்த டாக்டர் சொன்னது போல் குறட்டை விடுவது அவ்வளவு ஆபத்தான விஷயமா? எங்கள் குடும்பத்தில் இருப்பவர்கள் குறட்டை விடுவதில் பழம் தின்று கொட்டை போட்டவர்கள். இன்று விஷயம் தெரிந்து அனைவரும் குறட்டைக்கு குட்பை சொல்ல பயிற்சியெடுக்கின்றனர். கெட்டதிலும் ஒரு நல்லது என்று சொல்வார்களே அது இதைத்தானோ!

- என்.சித்ரா,
பாண்டிச்சேரி



பெண் மொழி!

பெண்கள் அதிகம் பேசுவார்கள் என்பது உண்மை தான். உண்மையை அதிகம் பேசுபவர்களும் அவர்கள் தான்.

- டால்பிரைட்

தகவல்: எஸ்.விஜயா சீனிவாசன், திருச்சி



கஸ்தூரி ரத்தினம், கும்மிடிப்பூண்டி



ஜொலிக்கிறாங்க!

சுதா மூர்த்தி

இப்போது என்ன செய்கிறீர்கள்?

சமீபத்திய பெரு மழையில், ரெய்ச்சூர், தார்வார், குல்பர்கா பகுதிகளில் வசிக்கும் விவசாயிகள் தங்கள் கால்நடைகளையும், பயிர்களையும், வீடுகளையும் உடைமைகளையும் இழந்து பரிதவித்து நின்றார்கள். அங்கே எல்லாம் நேரிடையாகப் போய்ப் பார்த்தேன். மண் வீடுகள் எல்லாம் அப்படியே கரைந்து, உடைந்து போயிருந்தன.

அங்கெல்லாம் மொத்தமாக 2300 புது வீடுகள் கட்டிக் கொடுக்கும் பணியில் இன்ஃபோஸிஸ் ஃபவுண்டேஷன் சார்பில் ஈடுபட்டிருக்கிறேன். இதில் என்னோடு சேர்ந்து பணியாற்ற பெல்காம் ராமகிருஷ்ணா ஆசிரமம், தர்மஸ்தலா மஞ்சுநாத அறக்கட்டளை, கொத்தலா பசவேசுவரா அறக்கட்டளை ஊழியர்களும் முன் வந்திருக்கிறார்கள்.

பாதிப்பைப் பொறுத்து இந்த மாவட்டங்களில் நிவாரணப் பணியை மேற்கொண்டிருக்கிறோம். அரசின் உதவியைப் பெறாமலே, சுமார் முப்பது கோடி ரூபாய்க்கான நிரந்தர வீடுகளைக் கட்டிக் கொடுப்பதில் முழுமையாக ஈடுபட்டிருக்கிறேன்.

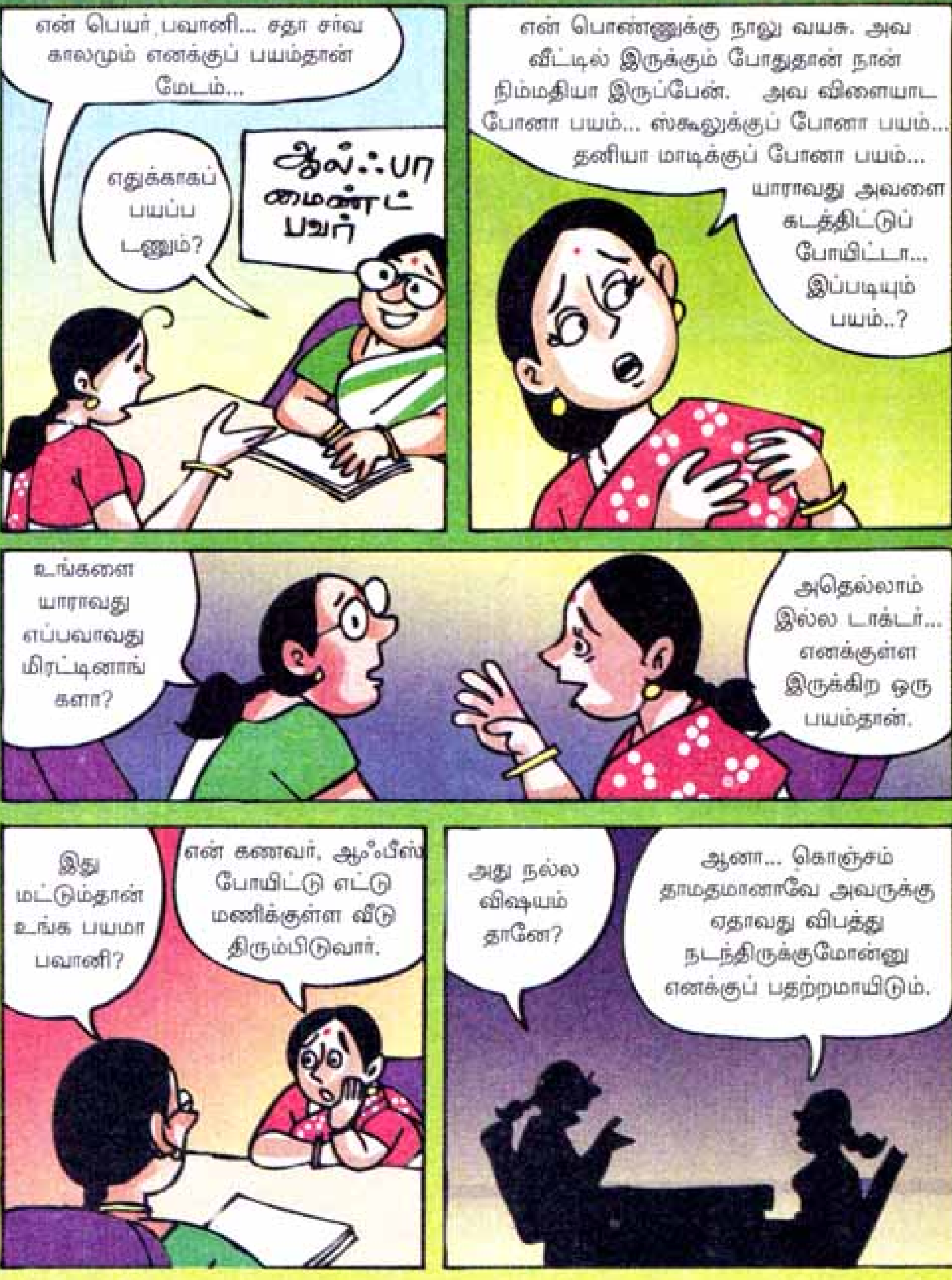
எழுதுவதைத் தற்போதைக்கு நிறுத்திவைத்திருக்கிறேன். கடைசியாக நான் குழந்தைகளுக்காக எழுதிய இரண்டு சிறுவர் நாவல்கள், தமிழில் (துணிச்சல்கார தீரேந்திரன் / மந்திரக் காற்று) வெளியாகி இருக்கின்றன. என்னுடைய அனுபவக் கட்டுரைகளை, மேற்கண்ட நிவாரணப் பணிகளை முடித்துவிட்டு, மறுபடி எழுதத் தொடங்க நினைத்திருக்கிறேன். அதற்குள் வேறு வேலைச் சுமை வந்துவிடாமல் இருக்க வேண்டும்!

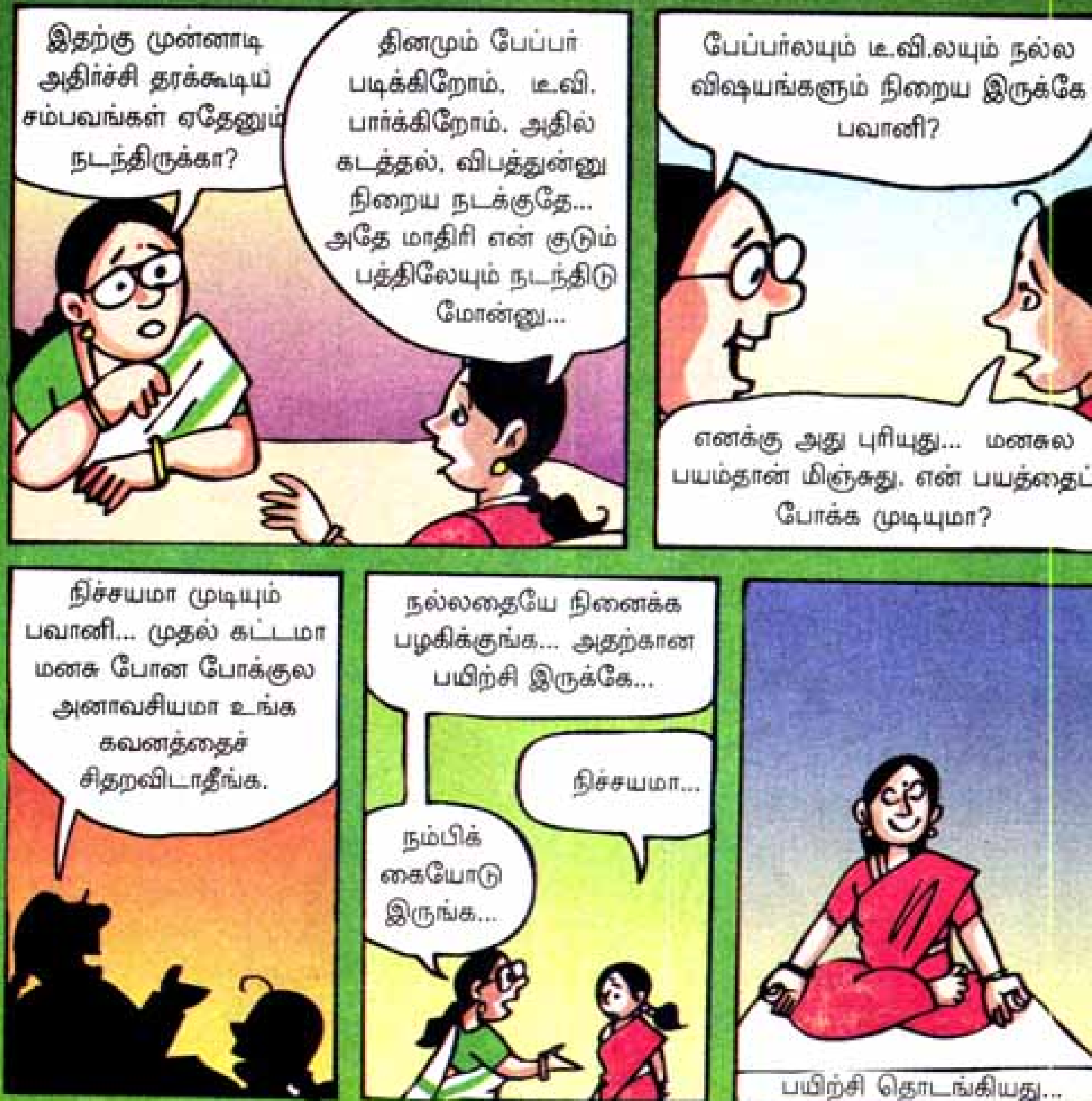


மை டியர் மைண்ட் பவர்

ஆழ்மனம்-2

டாக்டர் விஜயலக்ஷ்மி பந்தையன்





முதலில் ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர் வகுப்பில் கலந்துக் கொண்டு, ஆல்ஃபா தியானப் பயிற்சியை முறையாகப் பெற்றுக் கொண்ட பவானி, அவரது 'பயம்' என்ற பிரச்னைக்கு எப்படி தியானம் செய்ய வேண்டும் என்றும் தெரிந்து கொண்டார்.

தியானம் துவங்கும் முன்னர், பிரபஞ்ச சக்தியிலிருந்து தன் மீது வெள்ளை நிறம் பாய்ந்து, தன்னை முழுவதுமாகத் தூய்மைப்படுத்துவதைப் போல் உணர்ந்தார். வெள்ளை நிறம், தீய சக்திகளைக் கரைக்கும் தன்மையுடையது.

உச்சந்தலையில் இருந்து உள்ளங்கால்கள் வரை உடலைத் தளர்த்தினார். உடலில் இருந்த இறுக்கங்கள் எல்லாம் விலகி அவரது உடல், சற்று நிம்மதியான நிலைக்குச் செல்வதை உணர்ந்தார். பின்னர் மனத்தை அமைதிப்படுத்தினார். மனதுக்கு இதமான சில காட்சிகளை, மனத்திரையில் கண்டு மனத்தை அமைதியான நிலைக்குக் கொண்டு சென்றார்.

உடலும் மனமும் அமைதியான நிலையை அடைந்ததும் அவரது மூளையின் வேகம், பீட்டா நிலையிலிருந்து சற்று இறங்கி ஆல்ஃபா நிலையைத் தொட்டது. சீரான மூச்சுப் பயிற்சியின் மூலம் இன்னும் ஆழ்ந்த ஆல்ஃபா நிலைக்குச் சென்றது.

ஆழ்ந்த ஆல்ஃபா நிலையில் இருக்கும் பொழுது ஆழ்மனம் திறந்து கொள்கிறது. அந்த நேரத்தில் தியான நிலையிலேயே தேவையற்ற எண்ணங்களையும் உணர்வுகளையும் ஆழ்மனதிலிருந்து களைந்துவிட முடியும்.



பவானியின் மூச்சு மிகவும் நிதானமாக இருந்தது. ஒவ்வொரு முறையும் மூச்சை உள்ளிழுத்து வெளிவிடும் பொழுது அவருக்குள்ளிருந்த பயம், அந்த மூச்சுக்காற்றுடன் வெளியேறுவதைப் போல் உணர்ந்தார். பல முறை இதைச் செய்தார். அதன் பின் ஒவ்வொரு மூச்சையும் உள்ளிழுக்கும் பொழுது, 'என் மகள் பத்திரமாக இருக்கிறாள்' என்று தன் ஆழ்மனத்துக்கு தைரியம் கூறினார்.

இதைச் செய்ய செய்ய அவருக்குள் இருந்த பயங்கள், முழுவதும் அவரை விட்டு நீங்குவதை உணர்ந்தார். மகளைப் பற்றிய கவலையும் மனத்திலிருந்து நீங்கி விட்டது. பவானி, இந்த தியானத்தை தொடர்ந்து பயின்று வந்தார்.

(தொடரும்)



A NEVER BEFORE

வீட்டுக்கடன் வட்டி விகிதம் குறைப்பு... ஸ்ரீவத்ஸாவின் அப்பார்



கோவை, சரவணம்பட்டியில் IT பார்க் அருகில் 20 ஏக்கரில் பசுமைச் சூழலில் ஸ்ரீவத்ஸா குளோபல் வில்லேஜ் எ புதியதோர் குடியிருப்பு உருவாகிறது. பள்ளிகள், கல்லூரிகள் மற்றும் Cognizant, Robert Bosch, Ford, KG முதலிய IT கம்பெனிகளும் வெகு அருகாமையிலேயே உள்ளன. இங்கிருந்து காந்திபுரம் 8 கி.மீ.-ம், விமான நிலை 9 கி.மீ.-ம், ரயில்வே ஸ்டேஷன் 8.5 கி.மீ. தூரத்திலும் அமைந்துள்ளன.

கோவை மற்றும் சென்னையில் பல்வேறு டவுன்ஷிப் மற்றும் அடுக்குமாடிக் குடியிருப்புகளை வெற்றிகர உருவாக்கியுள்ள ஸ்ரீவத்ஸா ரியல் எஸ்டேட் பி. லிட். நிறுவனம் தரத்திற்கும் நம்பிக்கைக்கும் பெயர் பெற்றது.

சிறப்பம்சங்கள் பல கொண்ட இந்த இல்லங்களை உடனே உங்களுடையதாக்கிக் கொள்ளுங்கள்.



ஸ்ரீவத்ஸாவின் மற்றொரு படை

Sreevatsa Platinum
COIMBATORE

2 & 3 பெட்ரூம் கொண்ட
72 சொகுசு
அப்பார்ட்மெண்ட்கள்

2BR - 1200 Sq.ft.Approx.
3BR - 1800 Sq.ft.Approx.
Rs. 43 - 59 lakhs

ஸ்ரீவத்ஸா ரியல் எஸ்டேட்ஸ் பி. லிட்.

8/2, மேட்டுப்பாளையம் ரோடு, கோயமுத்தூர் - 641 043.
போன் : 0422 - 2437422 / 2441481 / 2432184 / 2432042,
Fax : 0422 - 2430899 செல் : 94433 41901, 94430 21990
E-mail : realestate@sreevatsa.com Website : www.sreevatsa.com


OFFER FROM SREEVATSA
ட்டுகளுக்கு மட்டும்
Pay just
EXCITING OFFER
5%
Interest
Sreevatsa
Global Village
COIMBATORE
காவை IT CORRIDOR-ல், அத்திபாளையம் ரோடு,
(குமரகுரு காலேஜ் ஆப் டெக்னாலஜி மற்றும்
சத்திரோடு அருகில்)
43 Independent Villas
3 பெட் ரூம் 3000 Sq.ft.
448 Luxury Flats
3 பெட் ரூம் 2043 - 2140 Sq.ft.
Rs. 54 - 57 lakhs
■ உங்கள் அப்பார்ட்மெண்ட் கட்டி முடிக்கப்படும் வரை உங்கள் வீட்டுக்கடனுக்கு 5% வட்டி மட்டுமே செலுத்துங்கள்.
■ பிராசஸிங் கட்டணம் மற்றும் Pre EMI கட்டணம் இல்லை
■ உங்கள் அப்பார்ட்மெண்ட் கட்டி முடிக்கப்படும் நாளிலிருந்து EMI செலுத்தத் தொடங்குங்கள்.
■ இச்சலுகை குறிப்பிட்ட வங்கிகள் மற்றும் நிறுவனங்களிலிருந்து பெறும் வீட்டுக்கடனுக்கு மட்டும் பொருந்தும்.
*Conditions apply
சிறப்பம்சங்கள்
■ நீச்சல் குளம் ■ டென்னிஸ் கோர்ட்டுகள் ■ கிளப் ஹவுஸ் ■ கம்யூனிட்டி ஹால் & ஜிம் ■ ஒருங்கிணைக்கப்பட்ட இன்டர்நெட், சேட்டிலைட் ரேடியோ, சேட்டிலைட் டி.வி. மற்றும் கண்காணிப்புக் கேமரா வசதி ■ குடிநீர் மற்றும் போர்வெல் தண்ணீர் வசதி ■ நகருக்குள் செல்ல அசோசியேசன் நடத்தவுள்ள Bus shuttle சர்வீஸ் ஒவ்வொரு மணி நேரத்திற்கும்.
Member of
CREDAI
CPDA
Coimbatore Property Developers Association
TÜV CERT
TÜV NORD
Architects
M/s. Sankar & Associates
Electrical Consultant
Mr. P.P. Subramaniam
Legal Consultant
Mr. P.R. Ramakrishnan



சிறிது பார்லிப் பொடி, எலுமிச்சைச்சாறு, பால் சேர்த்துக் கலந்து சருமத்தில் தடவி, உலர்ந்த பின் குளிர்ந்த நீரால் கழுவவும். தொடர்ந்து செய்து வந்தால் வெயிலினால் ஏற்பட்ட கறுமை நிறம் மாறிவிடும்.

– ஆர்.எஸ்.லக்ஷ்மி,
மதுரை



பள்ளிக் குழந்தைகள், புத்தக மூட்டைகளுடன் வேன்களில் செல்லும்போது இடப்பற்றாக்குறை ஏற்படுகிறது. ஈரோடு மாவட்டத்தில், புத்தகமூட்டைகளை மட்டும் வண்டியின் மேல் வைத்துக் கட்டிவிடுகிறார்கள். மற்ற ஊர்களிலும் இந்த முறையைப் பின்பற்றினால், குழந்தைகளுக்குச் சிரமமிருக்காது!

– வி.தீட்சணா, வேளச்சேரி

இரவில் மிஞ்சிய பழையச் சோற்றுடன் மைதா மாவைக் கலந்து, மிக்ஸியில் போட்டு அரைத்து, நெய் விட்டு தோசை வார்த்தால் சுவை அபாரமாக இருக்கும்.

– இல.வள்ளிமயில்,
திருநகர்

கடுக்காய் தட்டிப் போட்ட நீரில், பட்டுப் புடைவைகளை நனைத்து காய வைத்தால், புடைவை நிறம் மங்காமலும், பூச்சி அரிக்காமலும் இருக்கும்.

–பானுமதி, சென்னை

ஊற வைத்த பச்சைப் பயறை முளைகட்டணுமா? காற்றுப் புகாத பாத்திரத்தில் போட்டு, ஃப்ரிஜ் ஸ்டெபிலைஸரின் மேல் வைத்தால், மறுநாள் பெரிதாக முளைவிட்டிருக்கும்.

– ரேவதி ஸ்ரீதரன், கல்பாக்கம்

குக்கரில் பருப்பு வைக்கும்போதே தக்காளி, பச்சை மிளகாய் இரண்டையும் ஒரு கிண்ணத்தில் போட்டு, பருப்பின் மத்தியில் வைத்துவிட்டால் நன்றாகக் குழைந்துவிடும். அதை நன்றாக மசித்து, சாறு பிழிந்து ரசம் இறக்கும்போது விட்டால், சுவையான தக்காளி ரசம் தயார்.

– உமாரமணி, பெங்களூரு

சமையலறை, குளியலறையில் கரப்பான் பூச்சி இருக்கும். ஆஸ்பிரின் மாத்திரையை ஆங்காங்கே வைத்தால் கரப்பான் தொல்லை இருக்காது.

– செல்லம் ராமமூர்த்தி,
ஓசூர்

இவை எல்லாமே
ஆஹா 50 தான்!

“வித விதமாக கார்களை உற்பத்தி செய்து சாலையில் இறக்கிக் கொண்டிருக்கீங்களே! அந்த சாலையில் ஏற்படுகிற டிராஃபிக் நெரிசலை ஒழுங்குபடுத்த ஏதாவது செய்யக்கூடாதா?”

என்று ஹூண்டாய் நிறுவனத்திடம் யாராவது கேட்டிருப்பார்கள் போலும்! உடனே செயலில் இறங்கிவிட்டார்கள். அதன்படி ஆரம்பிக்கப்பட்டதுதான் சென்னை மாநகர காவல் துறை - ஹூண்டாய் டிராஃபிக் வாலண்டியர் திட்டம்.



“கரம் நீட்டி



ஹூண்டாய் நிறுவனம், ஒரே கல்லில் இரண்டு மாங்காய் அடித்திருக்கிறது! ஒன்று போக்குவரத்து நெரிசலை சீர்செய்ய வாலண்டியர்களை உருவாக்கி இருப்பது, மற்றொன்று வசதி குறைவான கல்லூரி மாணவ மாணவிகளை இந்தப் பணியில் ஈடுபடுத்தி, அவர்களுக்கு மாதா மாதம் உதவித் தொகை கொடுப்பது.

சென்னை கல்லூரி மாணவ மாணவிகள், நூறு பேர் இந்தத் திட்டத்தின் கீழ் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டிருக்கிறார்கள். மாலை நேரங்களில் போக்குவரத்து நெரிசல் அதிகமாக் இருக்கும் இருபது இடங்களில், சென்னை மாநகர போக்குவரத்து போலீஸாருக்கு உதவியாக, போக்குவரத்தை ஒழுங்குபடுத்தும் பணியில் இவர்கள் ஈடுபடுத்தப்பட்டுள்ளனர்.

ஹூண்டாய் ஃபவுண்டேஷன் அறங்காவலர் கணபதி

“நூறு வாலண்டியர்களில் தற்போது 27 பேர் பெண்கள், சென்னையில் உள்ள செல்லம்மாள் கல்லூரியிலும், காயிதே மில்லத் பெண்கள் கல்லூரியிலும் படிக்கும் சேவை ஆர்வம் கொண்ட மாணவிகளை, நேர்முகத் தேர்வின் மூலமாக தேர்ந்தெடுத்திருக்கிறோம். மாணவ, மாணவிகளின் குடும்ப வருமானப் பின்னணிக்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்து, நாங்கள் கொடுக்கும் உதவித் தொகை அவர்களுக்கும், அவர்கள் குடும்பத்துக்கும் உதவியாக இருக்க வேண்டும் என்பதில் கவனமாக இருக்கிறோம்.



இளைய சக்தி

கை கொடுப்போம்!”

போக்குவரத்துக் கட்டுப்பாடு வாலண்டியர்ஸ்களாகப் பணியாற்றும் கல்லூரி மாணவிகள், தங்கள் சேவை குறித்து என்ன சொல்கிறார்கள் என்று கேட்க, செல்லம்மாள் கல்லூரிக்குப் போனோம்.

“போலிஸ் மாதிரி யூனிஃபார்ம் அணிந்துக்கொண்டு சிக்னலில் நின்று போக்குவரத்தை ஒழுங்குபடுத்தும்போது ரொம்ப பெருமையா இருக்கு!” என்கிறார் **மூன்றாமாண்டு பி.ஏ.படிக்கும் உமா.**

“பீக் அவர்ல வயசானவங்க சாலையைக் கடக்க, ரொம்பவே திண்டாடறாங்க! பலருக்கு மாலை நேரத்துல பார்வையும் சரியா இருக்காது; அப்படிப்பட்டவங்களோட கையைப் பிடிச்சு, பத்திரமா சாலையைக் கடக்க உதவி செய்யும்போது மனசுக்கு நெகிழ்வா இருக்கு; சில வயசானவங்க கையைப் பிடிச்சு, நன்றி சொல்வாங்க” -**இது புவனேஸ்வரி.**

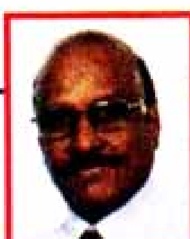
“ஃபாரின்ல, படிக்கிறபோதே ஸ்டூடன்ட்ஸ் வேலை செஞ்சு சம்பாதிப்பாங்கன்னு கேள்விப்பட்டிருக்கேன்; அது மாதிரி இங்கே நாங்களும், பார்ட் டைம் வேலை மாதிரி இதை செய்றோம். மாசா மாசம் கிடைக்கிற ஆயிரத்து ஐந்நூறு ரூபாய் எங்களுக்கும், எங்கக் குடும்பத்துக்கும் ரொம்ப உபயோகமாக இருக்கு” என்று சொல்லும்போதே கண் கலங்கி விட்டார் மாணவி **தமிழ்ச்செல்வி.**

“இந்த யூனிஃபார்ம் எனக்கு பெண் போலிஸ் வேலைக்குப் போகணும்னு ஆசையை உருவாக்கியிருக்கு” என்று ஒரு மாணவி சொல்ல, “இப்பவே டியூட்டி முடிச்சுட்டு, வீட்டுக்குப் போக பஸ் ஏறினா, கண்டக்டர் என்னையும் போலிஸ்னு நினைச்சுடறாங்க” என்றார் இன்னொரு மாணவி.

செல்லம்மாள் கல்லூரியின் உடற் கல்விப்பிரிவு இயக்குநரான ராஜகுமாரி:

“இந்த டிராஃபிக் வாலண்டியர்ஸ் பணி எங்கள் மாணவிகளுக்கு நிறைய தைரியத்தையும், தன்னம்பிக்கையையும் கொடுத்திருக்கு!”

கட்டுரை, படங்கள்:
சந்திரமௌலி



ஹுண்டாய் டிராஃபிக் வாலண்டியர்களைத் தேர்ந்தெடுத்தவுடன், அவர்களுக்குரிய சீருடையை வழங்கி, காவல் துறையினர் மூலமாக பத்து நாட்களுக்கு சாலை விதிகள் பற்றி பயிற்சியளிக்கிறோம். அதன் பிறகு அவர்கள் எந்தப் பகுதியில் வசிக்கிறார்களோ அந்தப் பகுதியிலேயே போக்குவரத்து நெரிசலான இடங்களில், அவர்கள் சேவை செய்யப் பணிக்கப்படுகிறார்கள். வாரத்தில் ஐந்து நாட்கள் மாலை நேரங்களில் ஐந்து மணி முதல் எட்டு மணி வரை இவர்கள் போக்குவரத்தை ஒழுங்குபடுத்துகிறார்கள்.”



எனது காதலி!



அன்னிய சமுத்திரத்திலே
செல்லவில்லை நாங்கள்;
டைட்டானிக் மேலே...
ஆம்!
நாங்கள் சென்றதோ
ஆத்தா போட்ட குடிசையில்...
அண்ட சராசரத்திலே வளர்த்தோம்
காதலை!
இலக்கணமாய் இருந்தது தமிழுக்கு
எங்கள் காதல்!
ஈருயிர்களும் ஒன்றாயின!
உவமை கூறினர் புலவர்கள் எங்கள் காதலை!
உலகத்தை வெல்லும் சக்தியாய்
எங்கள் காதல்!
ஊருலகத்துக்குத் தவறானதல்ல
எங்கள் காதல்!
எட்டுத்திசையையும் ஒன்றாக்கினோம்
மொழியின் வலிமையால்
ஏட்டதிகாரத்தில் இடம்பெறுவதற்காக அல்ல,
ஐயமின்றி உலகையே வெல்ல!
ஒன்றாக இல்லை நாங்கள்!
ஓராயிரம் பிரிவிலும், மனத்தின் ஒற்றுமையில்
ஔவையின் கூற்று உண்மையாக்க!
ஆம், எனது காதலி...
அவளே
தமிழே...!



- வை.மகாலக்ஷ்மி,
மூன்றாம் ஆண்டு பி.காம்., சி.ஏ.,
பி.ஜி.பி. கலை மற்றும் அறிவியல் கல்லூரி, நாமக்கல்

கல்லூரியில் படிக்கும் நானும் எனது தோழியும் கிராமத்தைச் சேர்ந்தவர்கள். எனது தோழிக்கு அவளது வீட்டில் செல்ஃபோன் வாங்கிக் கொடுத்திருந்தார்கள். அவளும் சலிக்காது எந்த நேரமும் ஃபோன் பேசிக்கொண்டே இருப்பாள். 'பொம்பளைப் பிள்ளைன்னா கொஞ்சம் அடக்க ஒடுக்கமா இருக்கணும். அதென்ன நாலு பேரு இருக்கறப்ப செல்ஃபோன்ல பேசிக்கிட்டு... எங்க போனாலும் அதை நோண்டிக்கிட்டு... பார்த்தாலே எரிச்சலா வருது' என்று அவளை பார்ப்பவர்கள் திட்டிக்கொண்டே இருப்பார்கள்.

ஒரு நாள் இருபது வயது இளைஞன் ஒருவன் புளியம்பழம் அடிக்க மரத்தில் ஏறி, கீழே விழுந்து விட்டான். எல்லோரும் பதறியடித்தபடி மருத்துவமனையில் சேர்த்தார்கள். அடிபட்ட இளைஞனின் உடலிலிருந்து இரத்தம் அதிகம் வெளியேறியது அவனது இரத்தப் பிரிவு கிடைக்காமல் மருத்துவமனையில் ஒரே பரபரப்பு. அப்போதும் என் தோழி செல்ஃபோனில் பேசிக்



செல் பெண்!

கொண்டே இருந்தாள். முதன் முறையாக எனக்கும் அவள் மீது எரிச்சல் வந்தது.

'ஏண்டி, இந்த நேரத்துல கூட ஃபோன்ல பேசிக்கிட்டு இருக்கணுமா?' என்று திட்டி செல்ஃபோனை வாங்கிப் பார்த்தேன். பிறகு தான் புரிந்தது அந்த செல்ஃபோனில் நம்பர் அழுத்தியதும், பெயர், விலாசம், இரத்த வகை போன்ற அனைத்துக் குறிப்புக்களும் இருந்தது. அவள் குறிப்பிட்ட அந்த இரத்தப் பிரிவு உள்ள நபரை ஏற்பாடு செய்து அந்த இளைஞரைக் காப்பாற்றினாள்.

நல் வழியில் பயன்படுத்தினால் செல் ஃபோன் என்பது நன்மையே! ஒரு சில நபர்களை வைத்துக் கொண்டு மற்றவர்களைத் தவறாக எண்ணக் கூடாது என்று எனக்கு மட்டுமல்ல; எங்கள் கிராமத்துக்கே புரிய வைத்த சம்பவம் அது.

- எஸ். உமாமகேஸ்வரி,
இரண்டாமாண்டு முதுகலைத் தமிழ் இலக்கியம், விவேகானந்தா கலை மற்றும் அறிவியல் மகளிர் கல்லூரி, திருச்செங்கோடு

மேன்மைக்கு எட்டு வழி!

மாணவர்களின் மனத்தில் கூடாத பழக்கங்கள் மறைவாக உள்ளன. அவற்றிலிருந்து விடுவித்துக் கொள்ள சில டிப்ஸ்:

* ஒரு மனிதனுக்குத் தேவை நல்ல ஒழுக்கம்தான். இதை முதலில் உங்கள் வாழ்வில் கடைப்பிடியுங்கள். மேன்மையடைவீர்கள்.
* ஒரு மனிதன் எப்போது சிறந்த மனிதனாகிறான் என்றால் அவனை அவனே புரிந்து கொள்ளும்போது.
* சோம்பேறித்தனமான எண்ணங்களை வேரோடு கிள்ளியெறியுங்கள். இல்லையெனில் எந்தக் காரியத்தையும் முழு வீச்சில் செய்ய முடியாது. சோம்பேறிகள் காலத்தை மதிப்பதில்லை. 'காலம்' சோம்பேறிகளை மதிப்பதில்லை.
* அதிர்ஷ்டத்தை நம்பாதே! அது உங்களை சோம்பேறியாக்கிவிடும்.
* எந்த வேலையும் இழிவல்ல. வேலையை மகிழ்ச்சியுடன் செய்யுங்கள். முன்னேற்றம் நிச்சயம்.
* சந்தேகமும், பயமும் அறவே நீக்கப்படவேண்டும். அவை எதையும் சாதிப்பதில்லை.
* உங்கள் வாழ்க்கையை மாற்ற எப்போதும் இனிமையாகவே பதில் சொல்லுங்கள். கோபத்துக்கு அடிமையாகாதீர்கள். வேகமாக முடிவு எடுக்காதீர்கள். அது விவேகமாக இருக்காது. சிந்தித்துச் செயல்படுங்கள்.
* நினைவில் கொள்ளுங்கள் சோம்பேறிகளின் ஆசைகள் என்றும் நிறைவேறுவதில்லை. 'இளமையில் சோம்பல் முதுமையில் வறுமை' என்பதை நினைவில் கொள்ளுங்கள்.



– பி.நிஷாந்த், இ.சி.இ., முதலாமாண்டு
பனிமலர் பாலிடெக்னிக் கல்லூரி,
சென்னை







வெற்றிப் பூக்கள்!

வாழ்வில் புன்னகைப்பூ பூக்க
நம்பிக்கை உரமிடுங்கள்!
தவறுகளைக் களைகளாய் எண்ணி
உடனுக்குடன் நீக்கிவிடுங்கள்!
படித்தவற்றைத் திருப்புதல்களாய்
தினமும் நீர் ஊற்றுங்கள்!
சந்தேகப் புழுக்கள் நீங்க
மருந்துத் தெளியுங்கள்
மலரும் நல்ல மதிப்பெண்கள்
வாழ்க்கையின் வெற்றிப்பூக்கள்!

– எம்.ஜெயஸ்ரீ, பதினொன்றாம் வகுப்பு,
வேலம்மாள் பள்ளி, திருப்புவனம்

- மரம் வாடினால்
தண்ணீர் விடுவேன்
இதயம் வாடினால்
கண்ணீர் விடுவேன்
நீ வாடினால்
உயிரை விடுவேன்
அடிக்கடி
இப்படி ரீல் விடுவேன்.

- அவள் என்னை திரும்பி பார்த்தாள்
நானும் அவளைத் திரும்பி பார்த்தேன்

ஹைய்யோ... ஹைய்யோ!



அவள் மறுபடி பார்த்தாள்
நானும் மறுபடி பார்த்தேன்
இரண்டு பேருக்கும்
பரீட்சையில்
தெரியல விடை!

– வி.சந்தியா, பி.இ.இரண்டாமாண்டு,
அண்ணா பல்கலைக் கழகம், சென்னை



''பாப்பா உங்க வீட்ல நகையெல்லாம் எங்கே வெச்சிருக்கீங்க?''

''ஐஸ்கிரீம் வாங்கித் தாங்க சொல்றேன்''

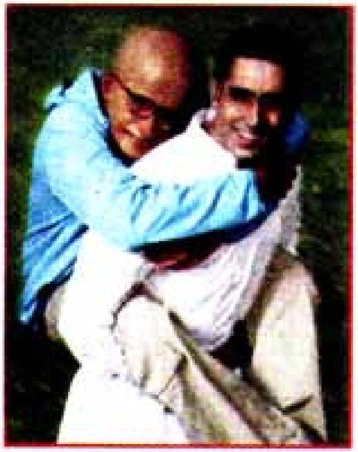
''சரி''

''அடகுக் கடையில் வெச்சுருக்கோம்.''

– ப.கோவர்திணேஸ்வரி, பி.பி.எம்., இரண்டாமாண்டு,
ஸ்ரீமதி இந்திராகாந்தி கல்லூரி, திருச்சி



போட்டிக்குத் தயாரா? (முடிவுகள்)



ரூ.100/- பரிசு பெறும் மாணாக்கர்கள்

மங்கையர் மலர் - ஜனவரி இதழில் வெளியான 'போட்டிக்குத் தயாரா?' - கேள்விகளுக்கான சரியான விடைகள்:

1. சுஷ்மா ஸ்வராஜ் 2. பால்கி 3. சிரஞ்சீவி 4. அருணா சாய்ராம் 5. லலித்மோடி.

பரிசாளிகள்:

1. கணேஷ் முத்துக்குமார், பி.இ.,மூன்றாமாண்டு, ஏ.ஐ.எஸ்.எஸ்.எம்.எல்.பொறியியல் கல்லூரி, புனே. 2. எஸ்.கிருத்திகா, பி.இ., இரண்டாமாண்டு, எம்.ஜே. பொறியியல் கல்லூரி மற்றும் டெக்னாலஜி, ஹைதராபாத். 3. ரா.விக்னேஷ்சுந்தர்நாத், எம்.டெக்., அண்ணா பல்கலைக் கழகம், திருநெல்வேலி. 4. எஸ்.சுதர்ஷினி, பி.காம்., இரண்டாமாண்டு, அண்ணா ஆதர்ஷ் மகளிர் கல்லூரி, சென்னை. 5. வ.சுவாதித்யா, பி.டெக்., மூன்றாமாண்டு, சாஸ்திரா பல்கலைக் கழகம், தஞ்சாவூர்

யூத் எடிஷன் பக்கங்கள்

உன்னைத் தீயென நினைத்துக்கொள்
இது ஆணவம் இல்லை -
தீயே தன்னைத் தீயென நினையாவிடில்
விட்டில் பூச்சியும் எச்சில் துப்பும்.
முடியும் என்பதே மூலதனம்
மூலதனத்தைப் படியாக்கு
முட்டாள்தனத்தைப் பொடியாக்கு
வாழ்க்கை உனக்கு வசப்படும்!

- எஸ். வெங்கடேசன்,
உயிர் வேதியியல் மூன்றாமாண்டு,
கே.ஆர்.கலை மற்றும்
அறிவியல் கல்லூரி, கோவில்பட்டி





"நான் ஒரு கேள்வி கேப்பேன். அதுக்கு தெரியும் அல்லது தெரியாதுன்னு மட்டும் தான் பதில் சொல்லணும்?"

"சரி கேளு"

"நீங்க ஒரு லூசுன்னு உங்க வீட்டுக்குத் தெரியுமா?"

- கே.சோபியா, எம்.பி.பி.எஸ்., (இறுதி ஆண்டு), மீனாட்சி மருத்துவக் கல்லூரி, காஞ்சிபுரம்,



புது ரூட்டின் பக்கங்கள்

திரை நட்சத்திர மோகத்தில் பலரும் மூழ்கி இருக்க, 'நிஜமான' நட்சத்திரங்கள் மீது உங்களுக்கு ஆர்வமா? இன்னும் இதில் என்னென்ன மர்மங்களோ என்று ஆர்வம் பொங்க வானத்தை வெறித்துப் பார்ப்பவரா நீங்கள்? சும்மா ஆகாயக் கோட்டை கட்டிக் கொண்டிருக்காமல் வானியல் கல்வியைப் படிக்கலாமே. வான் இயற்பியலும் உங்களுக்கு ஏற்றதுதான்.

வானியல் (Astronomy) என்பது வான் இயற்பியலிலிருந்து (Astro - Physics) எப்படி வேறுபடுகிறது? தோராயமாக இப்படிக் கூறலாம். வானியல் என்பது வானில் உள்ளவற்றைக் கண்டறிவது (டெலஸ் கோப்பின் உதவியுடன்). வான் இயற்பியல் என்பது ஆய்ந்தறிவது - வான் பொருட் களின் 'மாதிரி'களை உருவாக்குவது.

இவற்றைத் தேர்ந்தெடுக்க பள்ளிப் படிப்பில் இயற்பியலும் (Physics) கணி தமும் படித்திருக்கவேண்டும். ஏனெனில் வானியல் கல்விக்கு இவை இரண்டும் மிக அவசியம். அதோடு ஆர்வமும் உற்சாகமும் கொண்டவராக நீங்கள் இருக்க வேண்டும்.

வானியல் ஆராய்ச்சிகளின் எண்ணிக்கை நம் நாட்டில் குறைவுதான். இயற்பியலிலோ பொறியியலிலோ பட்டம் பெற்ற பிறகு வானியல் பட்ட மேற்படிப்பைத் தொடரலாம்.

'இந்தியன் இன்ஸ்டிட்டியூட் ஆஃப் அஸ்ட்ரோ ஃபிஸிக்ஸ்' என்கிற அமைப்பும் இதற்கான கல்வியை அளிக்கிறது. இதிலுள்ள 'சென்ட்டர் ஆஃப் ரிசர்ச் அண்ட் எஜுகேஷன் இன் சயின்ஸ் அண்ட் டெக்னாலஜி' பெங்களூரு விலுள்ள கோரமங்கலா பகுதியில் உள்ளது. இதில் சூரியன் மற்றும் சூரிய மண்டலம், விண்வெளி, வானியல் போன்ற படிப்பு களைப் பயிலலாம், ஆராயலாம். வலைத் தளம் http://www.iiap.res.in/.

ISRO, DRDO போன்ற அமைப்புகளில் சேர்ந்து வானியல் ஆராய்ச்சி செய்யும் வேலையில் இறங்கலாம். இதற்கு இயற் பியலை முக்கியப் பாடமாகக் கொண்டு பட்டமேற்படிப்பை முடித்திருக்க வேண்டும். (சில சமயம் பொறியியல் பட்டதாரிகளைத் தேர்வு செய்கின்றனர்).

பெங்களூருவிலுள்ள ஜவஹர்லால் நேரு கோளரங்கத்தில் அமெச்சூர் அஸ்ட்ரானமர்ஸ் க்ளப் உள்ளது. அங்கும் தகவல்களைப் பெறலாம்.

புனேவிலுள்ள நேஷனல் சென்ட்டர் ஃபார் ரேடியோ அஸ்ட்ரோஃபிசிக்ஸ் 'ரேடியோ வானியலில்' பட்டப்படிப்பை அளிக்கிறது.

கொல்கத்தாவிலுள்ள 'எஸ்.என்.போஸ் நேஷனல் சென்டர் ஃபார் பேஸிக் சயின்ஸ் அமைப்பு' இந்திய வானியல் கல்வியை அளிக்கிறது. வலைத்தளம் www.bose.res.in

இவற்றில் பெரும்பாலான அமைப்புகளில் ஆராய்ச்சி செய்ய, ஒரு நுழைவுத் தேர்வை எழுத வேண்டியிருக்கும். இதன் பெயர் ஜாயின்ட் என்ட்ரன்ஸ் ஸ்க்ரீனிங் டெஸ்ட் (JEST). வருடத்துக்கு ஒரு முறை இது நடத்தப்படுகிறது. இதில் பெரும்பாலான கேள்விகள் இயற்பியல் தொடர்பானதாக இருக்க வாய்ப்புண்டு.

ஒரு மெக்கானிகல் பொறியாளரால் கூட வான் இயற்பியலில் முக்கியப் பங்களிக்க முடியும். வானில் உள்ள பல பொருள்கள், கதிரியக்கம் கொண்டவை. மின்காந்த வெளியில் இவை கதிரியக்கத்தை வெளிப்படுத்துகின்றன. இவை தொடர்பான கல்வியை 'ரேடியோ அஸ்ட்ரானமி' என்பார்கள். இதற்குத் தேவையான கருவிகளை உருவாக்க மெக்கானிகல் பொறியாளர்கள் உதவ முடியும்.

ஆனால் ஒன்று. விண்வெளிக்குப் பயணம் செய்ய வேண்டும் என்கிற ஆசையில் மட்டுமே இதுபோன்ற கல்விகளை மேற்கொண்டால் ஏமாற்றம் உண்டாகவும் வாய்ப்புண்டு. ஏனென்றால் இந்தியாவில் அப்படிப்பட்ட முயற்சி இப்போதைக்கு குறிப்பிடத்தக்க அளவில் இல்லை. தவிர அப்படியொரு திட்டம் செயல்படுத்தப்படும்போது ராணுவத்தைச் சேர்ந்த (முக்கியமாக விமானப் படையைச் சேர்ந்த) ஒருவரை, தேர்வு செய்யும் வாய்ப்புதான் அதிகம்.

ஆரியபட்டர், வராகமிஹிரர் தொடங்கி, உலகளவில் பெயர் பெற்ற இந்திய வானியல் நிபுணர்களுக்குக் குறைவில்லை. மோகன் ஆப்தே, அச்சுத்ய பணிக்கர் என்று நவீன இந்தியாவிலும் இந்தத் துறை நிபுணர்களின் பட்டியல் தொடர்கிறது. இதில் நீங்களும் இடம் பெறலாமே!

(அடுத்த இதழில் தொழிலாளர் கல்வி)



வரவேற்குதே வானியல் கல்வி!

● ஜி.எஸ்.எஸ்



யூத் எடிஷன் பக்கங்கள்

ஹாய், காலேஜ் பாய்ஸ் அண்ட் கேர்ள்ஸ்!

1. இந்தியா வரும் சர்வதேச கிரிக்கெட் வீரர்களுக்கு மிரட்டல் விடுத்துள்ள இயக்கம் எது? ______________
2. இந்திய மத்திய மனிதவள மேம்பாட்டுத்துறை அமைச்சர் யார்? ______________
3. சமீபத்தில் ஏ.ஆர்.ரகுமான் பெற்ற உயரிய இசை விருது எது? ______________
4. 'விண்ணைத்தாண்டி வருவாயா' படத்தின் கதாநாயகி யார்? ______________
5. மார்ச் மாதம் நடைபெறவிருக்கும் உலகக் கோப்பை ஹாக்கிப் போட்டி எங்கே நடக்கிறது? ______________

போட்டிக்குத் தயாரா?

கடைசித் தேதி: 15.3.2010

உங்களுக்கு நாட்டு நடப்புத் தெரியுமா? இந்தக் கேள்விகளுக்கான விடைகளை எழுதி, இந்தப் பக்கத்தை நிரப்பி அனுப்புங்க. கல்லூரி அத்தாட்சி அவசியம். சரியான விடை எழுதுபவர்களில் குலுக்கல் முறையில் தேர்வு செய்யப்பட்ட ஐந்து பேருக்கு தலா ரூ.100/- பரிசும், சான்றிதழும் உண்டு.

பெயர் :.............................. **வகுப்பு :** .... **ஈ மெயில்**..............................

கல்லூரி : ....

வீட்டு முகவரி : ....

மனம் திறந்து பேசுகிறேன்!



எனக்கு தற்போது 65 வயதாகிறது. நான் பல வருடங்களாக சிறுநீர் போய்க் கொண்டிருக்கும் நோயினால் கஷ்டப்பட்டு வந்தேன். எனக்கு இருமினாலோ தும்பினாலோ சிறுநீர் வெளியாகிவிடும். எங்கு வெளியூர் செல்ல வேண்டுமானாலும் உறவினர் திருமணங்களுக்குச் செல்லவும் மிகவும் தயக்கமாக இருந்தது. எங்கே சென்றாலும் முதலில் டாய்லெட் எங்குள்ளது என்று கவனித்துக் கொள்வேன். அடிக்கடி டயபர் மாற்ற வேண்டி இருந்தது. இதற்கிடையில் டாக்டர் கார்த்திக் குணசேகரன் அவர்கள் சிறுநீர் விஷயமான குறைபாடுகளைச் சரி செய்து நிவாரணம் அளிப்பதாகக் கேள்விப்பட்டேன். அவரிடம் சென்று என் உடல்நிலை பற்றி சொல்லி அதற்கு ‘ஸ்லிங் ட்ரீட்மெண்ட்’ என்ற முறையில் மருத்துவ சிகிச்சை பெற்று பெரிதளவு நிவாரணம் அடைந்தேன். தற்போது நல்ல நிலையில் இருக்கிறேன். இப்போது தைரியமாக எல்லா இடத்துக்கும் சென்று வருகிறேன். இதற்கு டாக்டரின் திறமையான மருத்துவ சிகிச்சை, அன்பான அணுகுமுறையே காரணம். என்னைப்போல் கஷ்டப்படுகிறவர்கள் டாக்டர் கார்த்திக் குணசேகரனிடம் சென்று சிகிச்சை பெற்று சந்தோஷமாக தங்களது வாழ்நாட்களைக் கழிக்குமாறு அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

– சி.வி. சரோஜா, சென்னை

போன் : 22550397



ஜொலிக்கிறாங்க!

பிரியங்காகாந்தி

2010 வருடத்தின் பாப்புலர் கேலண்டர் மாடல் ஆகிவிட்டீர்களே?

பன்னிரண்டு மாதங்களுக்கும் விதவிதமா என்னுடைய புகைப்படங்கள் இடம்பெறும்படியா, ஒரு கேலண்டரை வடிவமைத்து, என்னுடைய பிறந்த நாளான ஜனவரி 12ஆம் தேதி வெளியிட்டிருக்கிறார்கள். இப்படி ஒரு யோசனைக்கு செயல் வடிவம் கொடுத்தவர்கள், என் தம்பி ராகுலின் பாராளுமன்றத் தொகுதியைச் சேர்ந்த காங்கிரஸ் நண்பர்கள் தான். அந்தக் கேலண்டர் www.pressbrief.in என்ற இணைய தளத்திலும் இடம்பெற்றிருப்பதால், ஒரிஜினல் கேலண்டர் கிடைக்காதவர்கள் கூட அந்தக் கேலண்டரை இணையதளத்திலிருந்து டவுன்லோடு செய்துகொள்கிறார்கள்.

இதற்கு முன் நேருஜி, இந்திராகாந்தி, ராஜிவ்காந்தி, ராகுல்காந்தி போன்றவர்களின் படங்கள் கொண்ட நாள்காட்டிகள் அச்சிடுவது வழக்கம்தான். இந்த முறை என்னுடைய படங்கள் இடம் பெற்றுள்ளன.

இந்தப் புகைப்படங்களுக்கு நான் பிரத்யேகமாக போஸ் கொடுக்கவில்லை. தேர்தல் பிரசாரக் கூட்டங்களில் நான் கலந்து கொண்டபோதும், பல்வேறு பொது நிகழ்ச்சிகளின்போதும் எடுக்கப்பட்ட புகைப்படங்களிலிருந்து தேர்ந்தெடுத்திருக்கிறார்கள் மீடியாவில், நான் ஒரு மாடல் போல கேலண்டருக்கு போஸ் கொடுத்திருப்பது போல கிளப்பிவிட்டு 'கேலண்டர் கேர்ள்', 'கேலண்டர் மாடல் பிரியங்கா' என்றெல்லாம் சொல்லி, தேவையில்லாத பரபரப்பை ஏற்படுத்திவிட்டார்கள்.





ஜொலிக்கிறாங்க!

லீலா சாம்சன்

கலாக்ஷேத்ராவின் தலைமைப் பொறுப்பை ஏற்றுக் கொண்டதால் உங்கள் நடனக் கலை தடைப்பட்டதா?

அப்படியெல்லாம் இல்லை. 'கலாக்ஷேத்ரா'வில் எனக்குத் தரப்பட்ட பொறுப்பைக் கொண்டு சில புதிய மாற்றங்களை ஏற்படுத்தியுள்ளேன். அந்தப் பணியில் மும்முரமாக இருந்தாலும், நடனப் பணிகளில் தொய்வு ஏதும் இல்லாமல் பார்த்துக் கொள்கிறேன். நடனம் சார்ந்த சூழலில், நடனத்தைச் சுற்றியே எனது பணிகள் இருப்பதால், மன நிறைவாகவே உணர்கிறேன். மேலும் நானே நிறைய நடன நிகழ்ச்சிகள் செய்து கொண்டிருக்க வேண்டும் என்று நினைப்பதில்லை. நடனத்துக்குத் தொடர்ந்த பயிற்சி தேவைப்படுகிறது. என்னால் நடனமாட முடியவில்லை என்றாலும், அந்த நிலையை ஏற்றுக் கொள்ளத்தான் செய்கிறேன். கொஞ்சம் நடனம், கொஞ்சம் எழுத்து, கொஞ்சம் நிர்வாகம் என்று எல்லாம் சேர்ந்த கலவை நான். அப்படியும் சில நல்ல நிகழ்ச்சிகளை இங்கே நடத்தி கொண்டுதான் இருக்கிறேன். நாட்டிய நிகழ்ச்சிகள் கலை நிகழ்ச்சிகள் என்று அதிக அளவு பங்கு கொள்கிறேன். இதற்கு கலாக்ஷேத்ராவின் தலைமைப் பொறுப்பு எனக்கு உதவுகிறது. சமீபத்தில்கூட மியூசிக் அகாடமியில் நடைபெற்ற எங்களுடைய 'பாஞ்சாலி சபதம்' நாட்டிய நாடகம் மிகப் பெரிய வரவேற்பைப் பெற்றது.



மார்ச் மாதம் எப்படி?

துல்லியமான
கணிப்புகளும்,
எளிய
பரிகாரங்களும்!



			கேது
	1.3.2010 அன்று ராசி கிரகநிலை		செவ்
சூரியன் புதன், குரு சுக்ரன்			சந்திரன்
ராகு			சனி

கிரக நிலை



கணித்து வழங்குபவர் :
சுவாமி கண்ணன் பட்டாச்சார்யா



அஸ்வினி, பரணி, கார்த்திகை 1 ஆம் பாதம்

இந்த மாத ஆரம்பத்தில் குருவுடன் சூரியன் சேர்ந்து சஞ்சரிப்பதால் அதிகம் விரயங்கள் குறைய வாய்ப்புண்டு. மனைவி வழியில் அனுகூலங்கள் உண்டாகும். விரயத்தில் உள்ள செவ்வாய், இராசி அதிபதி ஆவதால் அதிக தொல்லைகள் இல்லை. பிரயாணத்தடை உண்டானாலும் சூரிய பகவான் அருளால் தடைகள் நீங்கும்.

தாயார் வழியில் சில சங்கடங்களும் தாய் வழி உறவுகளால் செலவும் ஏற்படும். பூமி சம்பந்த வேலை சற்று மந்தமாகக் காணப்படும். பணியில் உள்ளவர்களுக்குப் பதவி உயர்வோ அல்லது வருமானமோ அதிகப்படும். செல்வாக்கு உயரும்.

அரசியல்வாதிகளும், அரசுத்துறையில் பணிபுரிவோரும் தங்களது பதவியில் அதிக நிதானத்தைக் காட்டுங்கள். பொதுவாக ஜாமீன் நிற்பதைத் தவிருங்கள். நெருங்கிய நண்பர்கள் ஆனாலும் அவர்களை விட்டுத் தள்ளி நிற்பது நல்லது. கலைஞர்கள் மற்றும் கலைத் துறையினர் கூட்டாக இணைந்து செயல் புரிந்து பாராட்டைப் பெறுவார்கள்.

பாக்கிய ஸ்தானத்தில் உள்ள ராகு பகவான் விவசாயிகளுக்கு ஆதாயம் செய்வார். மருத்துவத்துறையில் பணி புரியும் பெண்கள், ஏற்றம் காண்பார்கள்.

பரிகாரம்: முருகப் பெருமான் ஆலயங்களுக்குச் செல்வதும் குறிப்பாக மலைமேல் உள்ள முருகனைத் தரிசிப்பதும் நன்மை தரும்.

கார்த்திகை, 2,3,4 ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி மிருகசீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்

இம்மாதம் உங்களுக்கு எட்டாம் இடத்தில் உள்ள ராகுவாலும் நீச்சம் பெற்ற செவ்வாயாலும் பண விஷயங்களில் படபடப்பு உண்டாகும். குடும்பத்தில் பெண்களுக்குள் மனக்கசப்பு தோன்றக்கூடும். வீடு கட்டும் யோசனையை தள்ளிவைப்பது நல்லது. புதிய பொருள் வாங்கலாம். ஆனால், எதிலும் கவனம் தேவை. உடன் பிறந்தவர்கள் பிரச்னைகளைக் குறைக்க உதவி புரிவார்கள். பெண்கள் நகை வாங்கக் கூடிய சூழ்நிலை உண்டாகும். ஆனால், நகை வாங்கியபின் அதிருப்தி உண்டாகும். ஒருமுறைக்கு இருமுறை யோசித்து வாங்கவும். நிலம் வாங்குவதைத் தவிர்க்கவும். அல்லது சட்ட ஆலோசனைகள் பெற்ற பின் புதிய முயற்சிகளைச் செய்யவும்.

சொந்தத் தொழில் புரிவோர் ஊழியர்களால் தொல்லை அடைவார்கள். கூட்டுத் தொழில் செய்பவர்களுக்கு வழக்கம்போல சூழ்நிலை இருக்கும். மருத்துவம் படிப்பவர்களுக்கு அனுகூலமான சூழ்நிலையாகும். புதிய தொழில் தொடங்கி நடத்துபவர்கள் தொழில் அபிவிருத்திக்காக கடன் வாங்க நேரிடும்.

பரிகாரம் : செவ்வாய்க்கிழமை தோறும் துர்கைக்கு தேன் நைவேத்தியம் செய்யவும். துர்கை மந்திர உபதேச மாணவர்கள் தினமும் ஜபிப்பது அதிக அளவு தொல்லை விலகி நன்மை உண்டாக வழி செய்யும்.





மிதுனம்

மிருகசீரிஷம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்.

இந்த மாதம் உங்களுக்கு தன ஸ்தானத்தில் உள்ள செவ்வாயால் அதிக செலவுகள் ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. குரு அருளால் எதிர் பாராத வருமானங்கள் சமாளிக்கக் கைக் கொடுக்கும். ஆரோக்ய விஷயங்களில் அக்கறை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டியது அவசியம் என்றாலும் பித்தம் மற்றும் வயிறு சம்பந்த தொல்லைகள் உள்ளவர் கள் மாத இறுதியில் நிவாரணம் அடை வார்கள். காவல் துறை மற்றும் நெருப்பு சம்பந்தமான தொழில் செய்வோருக்கு சங்கடத்துக்கு இடையில் நன்மை அடைவார்கள்.

உங்கள் சுபாவத்தை மீறி கோபம் ஏற்பட்டாலும், பொறுமையைக் கடை பிடியுங்கள். தம்பதிகளுக்குள் சிறு மனக்கசப்பு தோன்றி மறையும்.

உங்களது வழக்கமான முயற்சியை கைவிட வேண்டாம். வீடு வாங்கும் எண்ணமிருந்தாலும் பணம் சரளமாக புழங்காது. சில நாள் தள்ளுவது உசிதம். பெண்கள் புதிய வேலைக்கு முயற்சித் தால் கைகூடும். ஆனால் வழக்கமாக வாங்கும் தொகையை விட கூடுதலாக அமையாது. வெளிநாட்டு உத்தியோக நாட்டமுள்ளவர்கள் சிலர், நேர்முகத் தேர்வுக்குச் செல்ல நேரலாம்.

பரிகாரம்: வெள்ளிக்கிழமை தோறும் குங்குமத்தால் அம்மனை அர்ச்சிக்கவும். அல்லது அருகில் உள்ள அம்மன் கோயிலுக்குச் சென்று எலுமிச்சம்பழ மாலை போட்டு வழிபாடு செய்யவும். சகலமும் நன்மையில் முடியும்.

புனர்பூசம் 4 ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்

இந்த மாதம் உங்களுக்கு அஷ்டம ஸ்தானத்தில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட கிரகங்கள் சேர்ந்து இருந்தாலும் அதை யும் மீறி எதிர்பாராத தனப்ராப்தி அடைய வழி உண்டாகும். நீண்ட நாட்களாக வராத பணம் திரும்பக் கிடைக்கும்.

கலைத்துறையினர் சிலர், சினிமாவில் திடீர் பிரபலம் அடைவார் கள். வீடு வாங்கும் யோகம் உண்டு. ஏற்கெனவே மனை வாங்கியவர்கள், வீடு கட்டும் வாய்ப்பை அடைவார்கள். வெளிநாட்டிலிருந்து நல்ல தகவல் வரும். உடன் பிறந்தவர்கள் உதவிகர மாக இருப்பார்கள். அரசாங்க பணி யிலிருப்பவருக்கு பிரபலமானவர் களுடன் தொடர்பு ஏற்படும்.

அரசியல் நாட்டம் உடையவருக்கு புதிய வழி தேடி வரும். பேச்சாளர்கள் தங்களது திறமையான பேச்சால் அனை வரையும் கவரும் வாய்ப்பு வரும். கடந்த கால கசப்புகள் மறையும். கடின முயற்சிக்கு வெற்றி நிச்சயம். புதிய நண்பர்களின் சேர்க்கையும் புதிய ஆபரணங்கள் வாங்குவதும் நன்மை தரும்.

பரிகாரம்: ஆரோக்ய விஷயத்தில் தொல்லை உடையவர்கள் தினந்தோறும் நரசிம்ம ஸ்வாமிக்கு இளநீர் அல்லது பானகம் நைவேத்தியம் செய்து அதை ப்ரசாதமாக எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். சகல நன்மைகளும் உண்டாகும்.



கடகம்



மகம், பூரம், உத்திரம் 1 ஆம் பாதம்

இந்த மாதம் உங்களுக்கு குருபகவான் ஏழாமிடத்தில் இருந்தாலும் அவருடன் சூரியன், சுக்ரன், புதன் சேர்ந்திருப்பதால் சங்கடங்களுக்கு இடையில் நன்மை உண்டாகும். அனுகூலமான சூழ்நிலை தென்பட்டாலும், அவசர முடிவுகளைத் தவிர்க்கவும்.

பணம் கொடுக்கல் வாங்கலிலும், ஜாமீன் கையெழுத்திடுவதிலும் நிதானப் போக்கு அவசியம். தகப்பனார் உடல் நிலையில் தொல்லை உண்டாகும். சிலருக்கு அயல் தேச வாய்ப்பு நெருங்கி வந்து விலகி செல்லக்கூடும். சிலருக்குத் திருமண வாய்ப்பு உண்டாகும்.

வியாபாரத்தில் முதலீடு செய்ய வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் உண்டாகும். கம்ப்யூட்டர் சம்பந்தப்பட்ட தொழில் புரிவோருக்கு தேக்கம் உண்டாகும். அரசியலில் இருப்பவர்கள் அதிக அளவு உழைத்தாலும் பெயர் எடுப்பது கடினமாக இருக்கும். எதிர்பாராத விருந்தினர் வருகை, மனதுக்கு சந்தோஷம் அளித்தாலும் செலவுகள் உங்களைப் பிரமிக்க வைக்கும்.

உங்கள் பெயருக்குச் சிலர் குறை உண்டாக்க முயற்சிப்பார்கள். வார்த்தையில் எச்சரிக்கை தேவை. உத்தியோகத்திலிருக்கும் பெண்கள், தங்கள் ஆரோக்கியத்தில் கவனமாக இருக்க வேண்டும்.

பரிகாரம் : வியாழன் தோறும் தட்சிணாமூர்த்தி ஸ்வாமியை வில்வ இலைகளால் அர்ச்சித்து வரவும். தெய்விக நாட்டம் உடையவர்களுக்கு தற்சமயம் தெய்விக நம்பிக்கைத் தான் கைகொடுக்கும்.

உத்திரம் 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள் அஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ஆம் பாதங்கள்

வழக்குகள் மற்றும் பழைய கடன் விவகாரங்கள் சாதகமாக மாறும். பகைவர்கள் உங்களை விட்டு விலகிச் செல்வார்கள்.

இந்த மாத முற்பகுதியில் சூரியனும், புதனும் சேர்ந்து ஆறாம் இடத்தில் இருந்தால் சுக்ர பகவான் சேர்க்கை கிடைப்பதால் சொந்தத் தொழில் புரிபவருக்கு அரசாங்க கடன் உதவி கிடைக்க வழிவகுக்கும். உத்யோகஸ்தர்களுக்கு பதவி உயர்வுக்கு இது வளம் சேர்க்கும்.

பெண்களுக்கு மன சஞ்சலங்கள் விலகி அமைதி உண்டாகும். மாதத்தின் பிற்பகுதியில் கலைஞர்கள், சினிமா துறை சம்பந்தப்பட்டவர்கள் பலரால் பாராட்டப்படுவார்கள். குழந்தைகள் உடல் ஆரோக்யத்தில் சற்றுக் கூடுதல் கவனம் தேவை.

கம்ப்யூட்டர் துறையினர் புதிய முயற்சியில் ஈடுபட்டு வெற்றி பெறுவார்கள். கூட்டு வியாபாரம் செய்பவர்கள் சற்று சிந்திக்க வேண்டிய நேரம். தொழிலில் புதிய மாற்றத்தையோ புதிய அணுகு முறையோ தற்போது கையாள வேண்டாம்.

பரிகாரம்: தற்போது ஏழரைச் சனி தாக்கம் குறைய, சனிக்கிழமையில் ஆஞ்சநேய ஸ்வாமிக்கு வெற்றிலை மாலை அணிவித்து இராம நாம ஜபம் செய்வது அதிக நன்மை தரும். குழந்தைகளை வியாழக் கிழமை அன்று தட்சிணாமூர்த்தி ஆலயத்துக்கு அழைத்துச் செல்லுங்கள்.





துலாம்

சித்திரை 3, 4 ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 ஆம் பாதங்கள்

உங்களுக்கு ஏழரை ஆண்டு சனி நடைபெற்று வந்தாலும், குரு ஜென்ம ராசியைப் பார்வையிடுவதால் சனிபக வான் அதிக தொந்தரவு தரமாட்டார். அவர் அருள் உங்களுக்கு பரிபூரணமாகக் கிடைக்கக் கூடிய நேரம். ராசியாதிபதி சுக்கிரனால் சகோதர சகோதரிகளால் லாபம் உண்டாகும்.

கடன் தொல்லையில் இருப்பவர் களுக்கு நிவாரணம் ஏற்படும். இதுவரை மூத்தவர்களுடன் பிணக்குடன் இருந்த வர்கள் கூட சமாதான போக்கு உண்டா வதைக் காண முடியும். எழுத்தாளர்கள் புகழ் பெறுவார்கள். ஆரம்பத்தில் சில சங்கடம் தோன்றினாலும் மாத பிற்பகுதியில் தெளிவு பெறுவார்கள். உடல் ஆரோக்கியம் சீர்படும்.

வியாபாரத்தில் ஈடுபட்ட பெண் களுக்கு, தடைபட்ட பணப் புழக்கம் சரளமாக மாறும். கூடுமானவரை இம் மாதம் புதிய தொழில் ஆரம்பிப்பதை மட்டும் சற்றுத் தள்ளிப் போடுங்கள்.

பூமி, மனை வாங்குபவர்கள் இம் மாதம் புதன், வெள்ளிக் கிழமைகள் அன்று பதிவு செய்வது நன்மை தரும். கலைஞர்கள், சினிமா துறையினர் புதிய முயற்சியில் வெற்றி காண்பார்கள்.

பரிகாரம்: வெள்ளிக்கிழமை தோறும் சுக்ர பகவானை வாசனை பூக்களால் அர்ச்சிக்கவும். மஹாலக்ஷ்மி ஆலயங் களுக்குச் செல்வதும், லக்ஷ்மி வழிபாடு செய்வதும் மங்களம் உண்டாக்கும்.

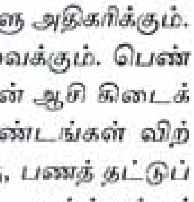
விசாகம் 4ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை

ராசிநாதன் செவ்வாய் நீச்சம் பெற்று இருந்தாலும் சூரியன், குரு சேர்க்கையால் சாதகமான சூழ்நிலை உண்டாகும். பிரச்னைகளின் வேகம் ஓரளவு குறையும். புதிய முடிவுகளில் நிதானப் போக்கு அவசியம். நீண்ட கால பூமி சம்பந்தமான பிரச்னைகள் சற்றுத் தெளிவை நோக்கி முன்னேறும். கடின உழைப்புக்கு பலன் உண்டு என்றாலும் மன சஞ்சலங்களைத் தவிர்க்க இயலாது.

சூரியன் கேந்திரம் ஏறுவது நன்மை தரும் அம்சம். ஆனால், தகப்பனார் உடல் நிலையில் கூடுதல் கவனம் தேவை. மருத்துவச் செலவுகள் குறைய வாய்ப்புண்டு. அரசாங்க வழி அனு கூலங்களை எதிர்பார்க்கலாம். நன்மை, தொல்லை இரண்டும் கலந்து இருக்கும்.

தொழில் மாறுதல் சாதகமாக இருந்தாலும் வேலை பளு அதிகரிக்கும். அடிக்கடி எரிச்சல்பட வைக்கும். பெண் களுக்கு பெரியோர்களின் ஆசி கிடைக் கும். அத்தியாவசிய பண்டங்கள் விற் பனை செய்பவர்களுக்கு, பணத் தட்டுப் பாடு உண்டாகலாம். கம்ப்யூட்டர் தொழில் மற்றும் அது சம்பந்த விற்ப னையாளர்கள் தன லாபம் அடைவார் கள். தசாபுத்தி அனுகூலம் இல்லாத வர்கள் கூடுமானவரை புதிய விஷயங் களில் ஈடுபடுவதைத் தவிர்க்கவும்.

பரிகாரம் : பஞ்சமி அன்று கருட பகவானை அர்ச்சனை செய்து வழி படுங்கள். பெருமாள் கோயிலுக்குத் தினமும் சென்று வழிபடுங்கள். கஷ்ட மெல்லாம் தீர்ந்து விடும்.



விருச்சிகம்



மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 ஆம் பாதம்

ராகு ஜென்ம ராசியில் இருந்தாலும், குருபகவானுக்கு சூரிய சம்பந்தம் ஏற்படுவதால் முயற்சி செய்து நடக்காத காரியங்கள் கூட தற்போது முடியக் கூடிய வாய்ப்பு வரும். ஆனால் பழைய கடன்களை அடைக்க, புதிய கடன்களை வாங்க வேண்டாம்.

கலைத்துறையில் உள்ளவர்கள் வாய்ப்புகள் தேடி வரும்போது உபயோகப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். கடந்த காலத்தில் வியாபார விருத்தி இன்றி தவித்தவர்கள் தற்போது நல்ல முன்னேற்றம் காணலாம்.

கல்வி நிறுவனங்கள் நடத்துபவர்களுக்கு இது சாதகமான காலமாகும். தெய்விகத் திருப்பணியில் ஈடுபட்டுள்ளவர்கள் தடைகள் நீங்கி வெற்றி அடைவார்கள்.

பெண்களுக்கு குடும்பத்தில் இருந்த சஞ்சலம் விலகும். பிரிந்து சென்ற சொந்தம் தேடி வருவார்கள். குடும்பத்தில் உற்சாகத்துக்கு குறைவு இருக்காது. ஆனால் உடல் நிலையில் சற்றுக் கூடுதல் கவனம் தேவை. கணிதம் படிக்கும் மாணவர்கள் கல்வியில் ஏற்றம் பெறுவார்கள்.

திடீர் பிரயாண வாய்ப்பின் மூலம் நல்ல அமைதி கிடைக்கும்.

பரிகாரம் : உங்கள் முயற்சிக்கு முருகப் பெருமானின் அருள் உண்டு. வேலை பூஜிக்க வினையில்லை. ஒவ்வொரு செவ்வாய் அன்றும் முருகனுக்கு மல்லிகைப்பூவால் அர்ச்சனை செய்து பால் நைவேத்தியம் செய்து வரவும்.

உத்திராடம் 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்

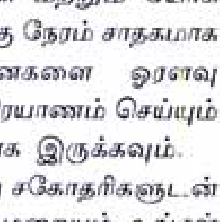
இந்த மாதம் தனஸ்தானத்தில் சூரியன், புதன், குரு, சுக்ரன் நான்கு கிரகங்கள் சேர்ந்து சஞ்சரிப்பது சொந்தத் தொழில் செய்பவர்களுக்கு தொல்லை உண்டு செய்யும்.

பெண்களுக்கு அதிக விரயமும் நல்ல விஷயங்கள் தள்ளிப்போவதும் உண்டாகலாம். வார்த்தைகளை அதிகம் விடாதீர்கள். உடல் நலத்தில் கூடுதல் கவனம் செலுத்த வேண்டும். வாகனங்கள் வைத்து இருப்பவர்கள் கவனமாக இருக்கவும். இரும்பு மற்றும் தங்க ஆபரணம் விற்பவர்களுக்கு பணப் புழக்கம் சரளமாக இருந்தாலும் வரவும், செலவும் சரியாக இருக்கும்.

அரசாங்க வழியில் வேலைக்கு முயற்சி செய்பவர்கள் மற்றும் யோகதசை நடப்பவர்களுக்கு நேரம் சாதகமாக அமையும். பிரச்னைகளை ஓரளவு சமாளிக்க முடியும். பிரயாணம் செய்யும் போது எச்சரிக்கையாக இருக்கவும்.

சகோதரர் அல்லது சகோதரிகளுடன் மனக் கசப்பு தோன்றி மறையும். உங்கள் விரோதிகளுடன் சமாதானமாகவே செல்லுங்கள். தற்போது அது நன்மையே தரும். பண தட்டுப்பாடு மனசஞ்சலத்தை உண்டாக்கும்.

பரிகாரம்: மகான்கள் சித்தி பெற்ற ஸ்தலங்களுக்குச் சென்று தியானம் செய்யவும் அல்லது வியாழக்கிழமைகளில் ஸ்ரீ ராகவேந்திர ஸ்வாமி கோயிலுக்குச் சென்று வருவது தடைகளை நீக்கி சுகம் தரும்.





கும்பம்

அவிட்டம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், சதயம்

இந்த மாதம் உங்களுக்கு ஜன்ம ராசியில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட கிரக சேர்க்கையாலும் ஆறாம் இடத்திலுள்ள நீச்சம் பெற்ற செவ்வாயாலும் கடன் விஷயங்களில் சற்றுப் படபடப்பு ஏற்பட வாய்ப்புண்டு. உடன் பிறந்தவர்களுடன் சிறு சிறு கருத்து வேறுபாடு ஏற்பட்டாலும் பொறுமையால் வெற்றி கொள்ள முயற்சி செய்வீர்.

சிலருக்கு எதிர்பாராத பணவரவால், சங்கடம் குறையும். வெளிநாட்டில் இருந்து நல்ல செய்தி வரும். தம்பதிகளுக்கு இடையில் அதிருப்தி ஏற்படலாம். சிறு சச்சரவு தோன்றும்போது மௌனத்தைக் கடைபிடித்து வருவதுதான் சிறந்த பலன் அளிக்கும்.

நீண்ட நாள் காத்திருந்தவர்களுக்கு திருமணச் செய்திகள் சாதகமாகும். காதலர்கள் வெற்றி பெற உகந்த நேரம். தயக்கம் இல்லாமல் முடிவு எடுங்கள். கலைத்துறையில் இருப்போர் பணத் தட்டுப்பாடு காரணமாக தொழில் முடக்கம் அடைய நேரலாம். ஆனால் தொழில் தடைபடாது என்பதால் தைரியமாக இருக்கவும். காவல், இராணுவ பணி புரிவோர்கள் இடமாறுதல் அடைய வாய்ப்பு ஏற்படும். இரசாயனத் தொழிலில் ஈடுபடுவோருக்கு அரசாங்கத்தால் சிறு தொல்லை நேரிடலாம். கவனம் தேவை.

பரிகாரம் : திங்கட்கிழமைதோறும் கிருஷ்ண பகவானைப் பவளமல்லி பூவால் அர்ச்சிப்பதும், ஸ்ரீ கிருஷ்ண ஸ்லோகங்களைச் சொல்வதும் நன்மை தரும்.

பூரட்டாதி 4 ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி

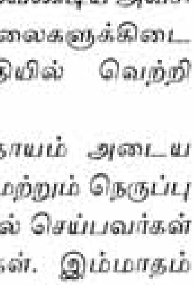
இந்த மாதம் ஆறாம் பாவாதிபதி சூரியன், ராசிநாதன் குருவுடன் சேர்ந்து சஞ்சரிப்பது, கடன் வாங்கி வியாபாரம் செய்பவர்களுக்குத் தொல்லை தருவதாகும்.

உடல்நிலையில் தொல்லை இருப்பவர்கள் மருத்துவ ஆலோசனைகளைக் கேட்பது நல்லது. கண் சம்பந்த கோளாறு ஏற்பட்டு சரியாகும்.

நல்ல கிரகத்தின் தசை நடப்பவர்கள் அதிக சங்கடங்களை அடைய மாட்டார்கள். தந்தை வழி உறவினர்களுடன் மனக்கசப்பு உண்டாகலாம். சிலருக்கு இடமாற்றம் ஏற்படலாம். அரசு உத்தியோகத்தில் இருப்பவர்களுக்கு இடமாறுதல் உண்டு. வெளிநாட்டு பிரயாணத்துக்கு முயற்சி செய்பவர்கள் அதிக பணம் செலவு செய்ய வேண்டிய அவசியம் ஏற்படும். தொல்லைகளுக்கிடையில் மாத பிற்பகுதியில் வெற்றி அடைவர்.

நண்பர்களால் ஆதாயம் அடைய நேரிடலாம். சமையல் மற்றும் நெருப்பு சம்பந்தப்பட்ட தொழில் செய்பவர்கள் ஆதாயம் அடைவார்கள். இம்மாதம் நன்மை, தொல்லை கலந்த மாதமாக காணப்படும். திருமணம் மற்றும் சுபநிகழ்ச்சிகள் சற்றுக் கூடுதல் முயற்சியால் கைகூடும்.

பரிகாரம் : வெள்ளிக்கிழமை தோறும் அருகில் உள்ள அம்மன் கோயிலுக்குச் சென்று நல்லெண்ணெய் விளக்கு போடுவது, தொல்லைகளைத் தவிர்க்க உதவும்.



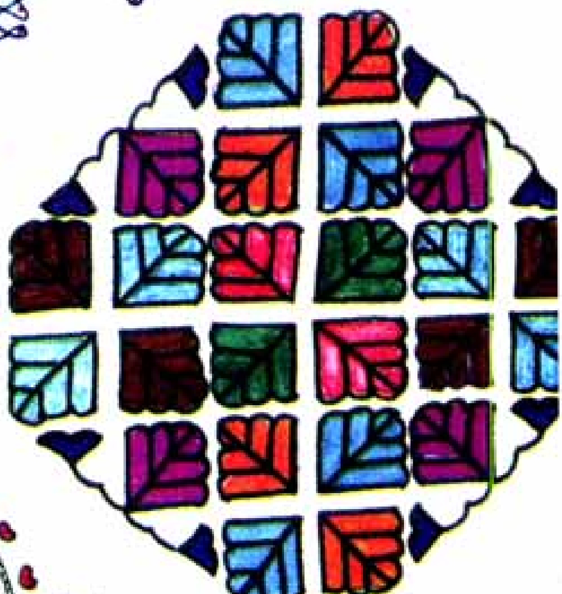
மீனம்

வண்ண



கோலம் பார்த்து
புள்ளி வைக்கவும்.

- திலகவதி அறிஞன்
நாமக்கல்-1



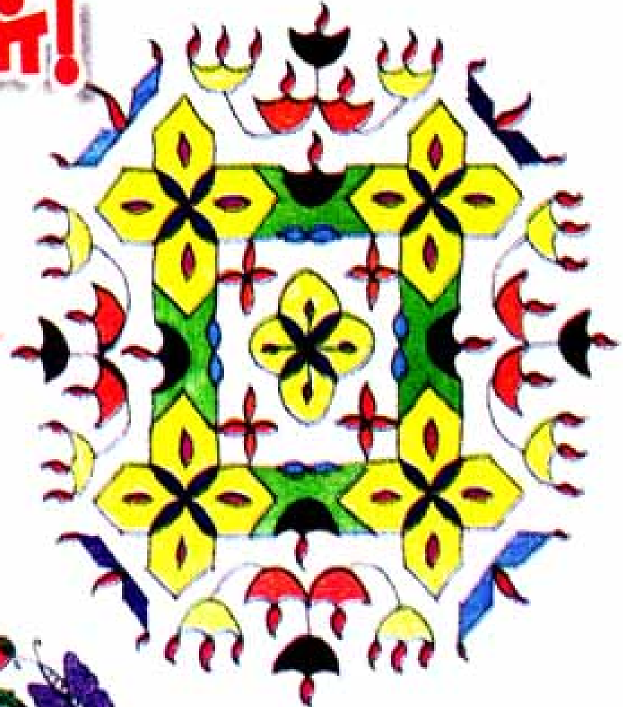
24 - 4 வரிசை 4-ல்
நிறுத்தவும். (நேர் புள்ளி)
- ஆர்.பி.இரமணி, மதுரை



- நிர்மலா,
தூத்துக்குடி

வாசல் அழகு

கோலங்கள்!



19 - 9 வரிசை
9-ல் நிறுத்தவும்
(நேர் புள்ளி)

- மு.சாந்தி,
காவேரிப்பட்டணம்



- எம்.கோதாவரி,
வடிவீஸ்வரம்



15 - 15 வரிசை
(நேர் புள்ளி)

- என்.சுபஸ்ரீ,
வடவள்ளி

இடம் பெயர்ந்த



உஷா ஸ்ரீநிவாஸன்

கிருஷ்ணா வழக்கம்போல் மாலை கோயிலுக்குச் சென்று சுவாமியையும், அம்பாளையும் தரிசனம் செய்து விட்டு நவக்கிரக சன்னதிக்கு வந்தான். சன்னதியின் படி களில் ஏதோ யோசனையுடன் இலக்கில்லாமல் வெறித்துப் பார்த்தபடி வயதான பெண்மணி அமர்ந்திருந்தார். நவக்கிரக சன்னதியை ஒன்பது முறை வலம் வந்தவன், அந்த அம்மாவின் அருகாமையில் வந்து உட்கார்ந் தான்.

அங்கு வந்த சாம்பு குருக்கள், ''என்ன கிருஷ்ணா பார்க்கிறே? அந்த அம்மா கோயில் திறக்கும்போது வந்தவங்க. இப்படியேத் தான் உட்கார்ந்திருக்காங்க. பாவம்! மனசில் என்ன வேத னையோ?'' என்று கூறியவாறு நகர்ந்தார்.

இதைக் கேட்டவுடன் கிருஷ்ணாவுக்கு அவரிடம் பேச வேண்டும் என்ற ஆவல் ஏற்பட்டது. மெதுவாக அவர்கள் பக்கம் திரும்பி, ''அம்மா, அம்மா'' என்று கூப்பிட்டான். பதில் வராமல் போகவே சற்றுக் குரலை உயர்த்தித் திரும்பவும் ''அம்மா'' என்றான். இப்போது அவரிடம் சிறிது அசைவு ஏற்பட்டது. மெள்ள அவனைத் திரும்பிப் பார்த்தார்.

''அம்மா ரொம்ப நேரமாயிடுச்சே! வீட்டுக்குப் போக வேணாமா?'' என்று கேட்டான். அவரிடமிருந்து எந்த பதிலும் இல்லை. ஏனோ கிருஷ்ணாவுக்கு அவர்களை அப்படியே விட்டுவிட்டுச் செல்ல மனமில்லை. சற்று நேரம் கழித்து ''உங்க வீடு எங்கேம்மா இருக்கு? நான் உங்களை அழைச்சுக் கிட்டுப் போகட்டுமா?'' என்று கேட்டான். அதற்கும் பதில் வராமல் போகவே, ஒரு முடிவுக்கு வந்தவனாக அவர்களது கையைப் பற்றிய கிருஷ்ணா, ''வாங்கம்மா... நம்ம வீட்டுக்குப் போலாம்'' என்றான். இப்போது சற்றுத் தயக்கத்துடன் எழுந்த அந்த அம்மாள், கிருஷ்ணாவின் கையைப் பிடித்தபடி நடக்க ஆரம்பித்தார்.

வீட்டை அடைந் ததும் ''உள்ளே வாங் கம்மா'' என்றான். த ய க் க த் து ட ன்

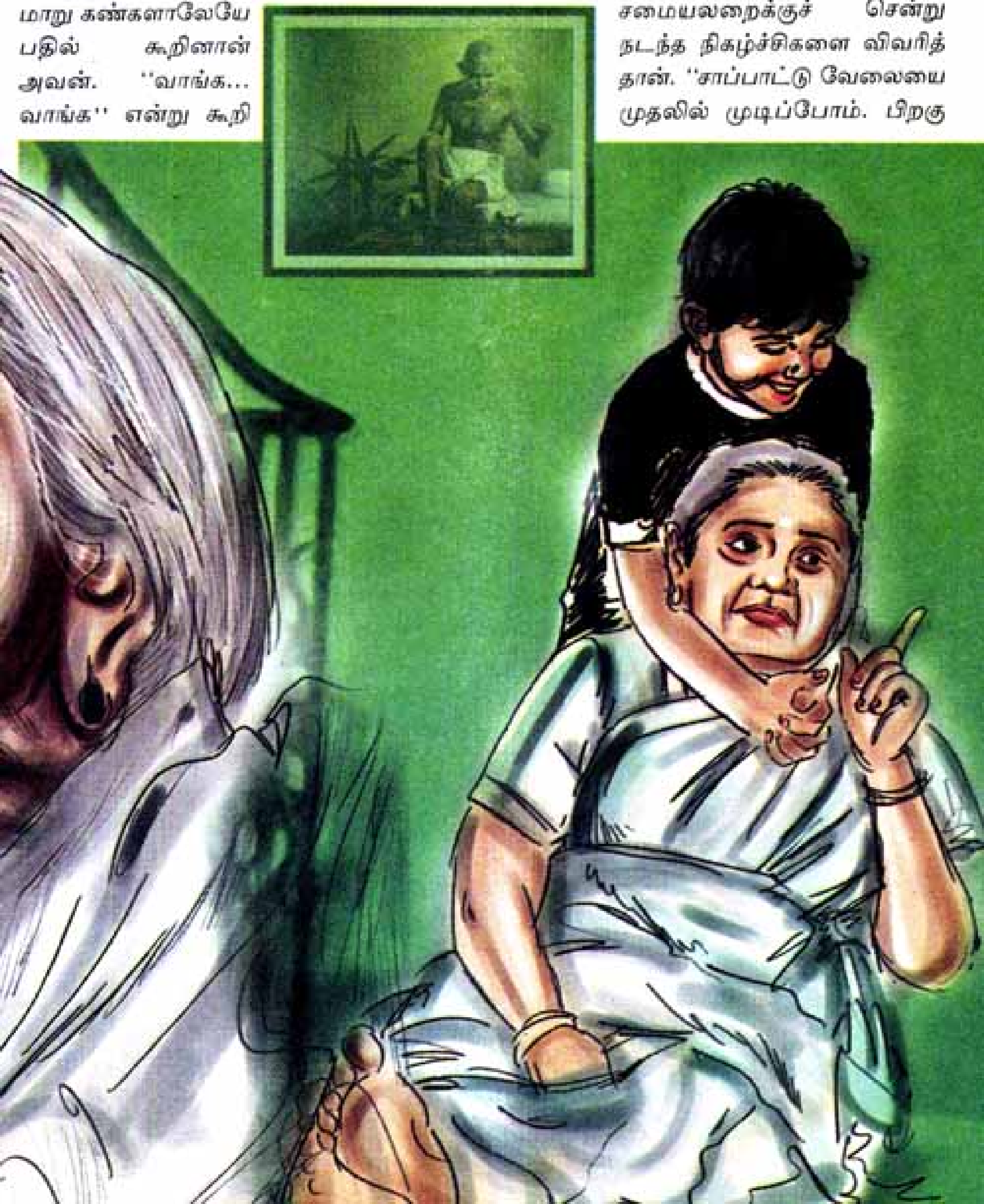
ஜெயஸ்ரீ ராஜ் நினைவுச் சிறுகதைப் போட்டி ரூ.2000 பரிசுக் கதை-5



வேர்

உள்ளே வந்தவரைப் பார்த்த யாமினி, கேள்விக் குறியுடன் கணவனைப் பார்த்தாள். உள்ளே அழைத்துப் போகுமாறு கண்களாலேயே பதில் கூறினான் அவன். ''வாங்க... வாங்க'' என்று கூறி அவர்களை அழைத்துச் சென்று சோபாவில் உட்கார வைத்தாள். அந்த அம்மா எந்தச் சலனமும் இன்றி உட்கார்ந்திருந்தார்.

இரவு உணவுக்கான நேரம் நெருங்கி விட்டது. கிருஷ்ணா 'டி.வி'யை ஆன் செய்து விட்டு யாமினியிடம் சமையலறைக்குச் சென்று நடந்த நிகழ்ச்சிகளை விவரித்தான். ''சாப்பாட்டு வேலையை முதலில் முடிப்போம். பிறகு





பெண் மொழி!

எந்தத் துயரத்தையும் தாங்கும் இதயம் உடையவள் பெண். அப்பெண்ணின் பெருமையை அறியாமல் துயரப்படுத்துபவனை மன்னிக்க முடியாது. - ம.பொ.சி.

தகவல் : லக்ஷ்மிசிவம், சென்னை



சீதாலக்ஷ்மி, கோவை

பேசுவோம்'' என்றாள் யாமினி.

''சாப்பிட வாங்கம்மா'' என்று கிருஷ்ணா பலமுறை அழைத்தும், காதில் ஏதும் கேட்காத மாதிரியே அமர்ந்திருந்தார். அடுத்த அறையில் ஹோம் ஒர்க் செய்து கொண்டிருந்த ராகுல், அம்மாவின் ''சாப்பிட வா'' என்ற குரலுக்கு ஓடி வந்தான். ராகுலை அருகில் வரச் சொன்ன யாமினி, ''பாட்டியை சாப்பிடக் கூப்பிடுடா'' என்றாள்.

''யாரும்மா அவங்க?'' என்று கேட்ட ராகுலிடம் ''அவங்க உனக்குப் பாட்டி மாதிரி நம்ம வீட்டுல தங்கிச் செல்ல வந்திருக்காங்க'' என்றாள். அருகில் சென்று அவர்கள் கையைப் பற்றிய ராகுல், ''வாங்க பாட்டி, சாப்பிட வாங்க' என்று இடைவிடாது அழைத்ததும் அவனை ஏறிட்டுப் பார்த்தவரின் முகத்தில் சிறிது சலனம் ஏற்பட்டது. பிறகு ராகுலை உற்று நோக்கியவர் மென்மையான ஒரு புன்னகையை வெளிக்காட்டி, அவனை அருகில் அமர வைத்து முத்தமிட்டார். ''சாப்பிடுங்க பாட்டி'' என்ற ராகுல், தன்னுடைய சின்ன கைகளால் அவர்களுக்கு உணவை ஊட்ட ஆரம்பித்ததும், தன்னிச்சையாக அவரும் அவனுக்கு ஊட்டத் தொடங்கினார்.

ராகுலின் மகிழ்ச்சிக்கு அளவே இல்லை. 'பாட்டி என்னோடுதான் பேசணும், என் பக்கத்தில்தான் படுத்துக்கணும்' என்று அறிவித்துவிட்டு, ''கதை சொல்லுப் பாட்டி'' என்று நச்சரிக்க ஆரம்பித்தான். இப்படியே இரண்டு, மூன்று நாட்கள் கடந்தன.

அந்த அம்மாவின் செயல்பாடுகளில் சிறிது சிறிதாக மாற்றங்கள் தெரிய ஆரம்பித்தன. இயல்பான பேச்சும், சிரிப்புமாக நடமாடத் தொடங்கியவுடன் தான் கிருஷ்ணாவும் யாமினியும் மெதுவே அவரது இருப்பிடம், சொந்தங்கள் குறித்து விசாரிக்க ஆரம்பித்தனர். இருவரையும் அதிர்ச்சிக்குள்ளாக்கியது அவரது பதில். மேலே குறிப்பிட்ட விவரங்கள் எதுவும் அவரது நினைவில் இல்லை. இப்போதைக்கு அவர் அறிந்த மூன்று நபர்கள், இந்த வீட்டில் இருப்பவர்கள்தாம். அவர்களது பெயர்கள் மட்டுமே தமது நினைவில் பதிந்துள்ளதாகக் கூறினார்.

நாட்கள் நகர நகர ராகுலுக்கு பாட்டியிடம் பாசப் பிணைப்பு அதிகரித்தது. பாட்டி என்ற உறவு அவன் நினைவு தெரிந்தபின் அறியாத உறவு. வகுப்பில் பிற நண்பர்கள், தாத்தா பாட்டி அரவணைப்பில் வளர்ந்து வருவதும் சிலர் விடுமுறை நாட்களை, தாத்தா பாட்டியுடன் சேர்ந்துக் கொண்டாடுவதும் அவனுள் ஏக்கத்தையே உருவாக்கியிருந்

தன. அவற்றையெல்லாம் ஈடு செய்யும் வகையில் அவனுக்கு அன்பே உருவான ஒரு பாட்டி கிடைத்துவிட்டார்.

வகுப்பறையில் மற்ற குழந்தைகள் நடுவில் பாட்டியின் பெருமைகளைப் பேசி மகிழ ராகுலுக்கும் சந்தர்ப்பம் கிடைத்தது. ஒரு நாள் அவன் பேசுவதைக் கேட்டு வருத்தத்துடன் அமர்ந்திருந்த அவன் நண்பன் அர்ஜுனிடம், ''ஏண்டா உன் பாட்டியைப் பற்றி நீ எதுவுமே பேச றதில்லை?'' என்று கேட்டான் ராகுல். கண் களில் கண்ணீர் தளும்பியபடியே அர்ஜுன் கூறிய விஷயம், ராகுலை மிகவும் அதிர்ச்சிக்குள்ளாக்கியது.

''ஒரு நாள் ஸ்கூலிலிருந்து நான் வீட்டுக் குப் போனபோது அம்மாவும் அப்பாவும் சண்டை போட்டுக்கிட்டு இருந்தாங்க. 'எங்கம்மா எங்கே போனாங்களோ?'னு அப்பா, புலம்பிக்கிட்டேயிருந்தார். அம்மா அழுதுகிட்டும், சத்தம் போட்டுக்கிட்டும் இருந்தாங்க. பாட்டி திரும்பி வரவே யில்லை'' என்றார்.

ராகுல் வீடு திரும்பியதும் பாட்டி யைப் பிரிந்து தவிக்கும் அர்ஜுனைப் பற்றி கூறத் தொடங்கினான். அதனைக் கேட்க கேட்க யாமினிக்குப் புதிருக்கு விடை கிடைத்துவிட்டதுபோல் தோன்றியது. கிருஷ்ணாவுடன் கலந்து பேசி அவள் ஒரு முடிவுக்கு வந்தாள். ''பாட்டி காணாமல் போய்விட்டதாகக் கூறும் அர்ஜுனையும் கடந்த காலத்தை ஞாபகத்துக்கு கொண்டு வர முடியாமல் தடுமாறும் பாட்டியையும் சந்திக்க வெச்சா, ஒரு தீர்வு கிடைக்குங்க!'' என்று நம்பிக்கையோடு சொன்னாள்.

மறுநாள் காலை ராகுல், பள்ளிக்குக் கிளம்பும்போது ''சாயங்காலம் ஸ்கூல் முடிஞ்சதும் ஆட்டோ ரிக்ஷாவுல திரும்ப வேணாம். நானும் பாட்டியும் வந்து கூட்டிக்கிட்டு வர்றோம்!''னு சொன்னதும் அவனுக்கு ஒரே சந்தோஷம்.

''பாட்டி, என் ஸ்கூலைப் பார்க்க கண்டிப்பாக வந்து டுங்க'' என்று சொல்லி விட்டுக் கிளம்பினான்.

''அர்ஜுனையும் உன்னோடு வெளியே கூட்டிக் கொண்டு வா. அவனுக்கும் பாட்டி யைக் காட்டலாம்'' என்று யாமினி சொல்லி வைத்தாள்.

சாயங்காலம் வீடு திரும்பும் பறவைகள் போல ராகுலும் அர்ஜுனும் மைதானத் தில் ஓடோடி வந்து நிற் கவும், யாமினியும் பாட்டியும் உள்ளே நுழைந்தனர். ஓடி வந்து பாட்டியின் கையைப் பற்றிக் கொண்ட ராகுல், ''அர்ஜுன், வா வா என் பாட்டியைப் பார்த் தியா?'' என்று அழைத் தான். அருகில் வந்து நின்ற அர்ஜுன் முகத் தையே உற்றுப் பார்த்



பெண் மொழி!

ஒரு பெண்ணின் முகம், அவளது அகத்தைக் காட்டும். சிரிப்பு ஒழுக்கத்தைக் காட்டும். பேச்சு குணத்தைக் காட்டும்.

- ஜப்பானியப் பழமொழி

தகவல்: என். ஜரினாபானு, திருப்பட்டினம்



சாந்தா, சென்னை

தாள் யாமினி. ''பாட்டியைப் பார்த்தியா யார் தெரிகிறதா?'' என்று கேட்டாள். ''உம், ராகுல் பாட்டிதானே, சொல்லியிருக்கான். ரொம்ப நல்லவங்க. அவனோடு விளையாடுவாங்க, டீ.வி பார்ப்பாங்க'' என்று தொடர்ந்து பேசிய அர்ஜுனை ஏமாற்றத்துடன் பார்த்தாள் யாமினி. புதிர் விடுபட்டதா என்று அறியும் ஆவலுடன் வீடு திரும்பிய கிருஷ்ணாவுக்கும் ஏமாற்றம் தான்!

குடும்பத்தில் ஒருவராகத் தன்னை இணைத்துக் கொண்ட பாட்டியைத் தங்களுடனே தங்க வைத்துக் கொள்வதில் யாமினிக்கும் மகிழ்ச்சிதான் என்றாலும், ராகுலுக்கும் பாட்டிக்கும் இடையே நெருக்கம் அதிகமாகிய பிறகு அவரது உறவினர்கள் வந்து அழைத்துச் செல்லும் சந்தர்ப்பம் நேர்ந்தால், அவன் அதனைத் தாங்குவானா என்ற சிந்தனையும் எழுந்தது. இப்போதிருந்தே அவனைத் தயார்படுத்த வேண்டும் என்று நினைத்துக் கொண்டாள் யாமினி.

ஒருநாள் ''உன் பாட்டி திரும்பவும் எப்போது பள்ளிக்கு வருவாங்க'' என்று ராகுலைக் கேட்டான் அர்ஜுன். ''ஏண்டா, உன் பாட்டி திரும்பி வரலையா? அவங்களை நீங்க தேடலையா?'' என்று ராகுல் திருப்பிக் கேட்டதற்கு, அர்ஜுன் கூறிய பதில், அவர்கள் இருவருக்கு மட்டுமே இனிமேல் தெரிந்திருக்க வேண்டிய பிள்ளை மொழி.

''என் பாட்டிதான் கிடைச்சுட்டாங்களே... அவங்களை என்னைத் தவிர வேறு யாரும் தேடமாட்டாங்க. தேடவும் வேண்டாம். உங்க வீட்டில் இருக்கும் எங்கப் பாட்டி, உங்கக் கூடவே மகிழ்ச்சியா இருக்கட்டும். அப்போதான் எனக்குத் தோணும் போதெல்லாம் அவங்களைப் பார்க்க முடியும்.'' அர்ஜுன் கூறிய வாசகங்கள், ராகுலை அதிர்ச்சி அடையச் செய்தாலும் மனத்தில் உறுதியை ஏற்படுத்தின.

அர்ஜுன் தனது பாட்டியைச் சந்திக்க வைக்கும் நோக்கில் ''அம்மா என்னை வீட்டுக்குக் கூட்டிச் செல்ல பாட்டி ஸ்கூலுக்கு வரணும்'' என்று அவ்வப்போது ராகுல் கேட்பது வழக்கமாகி விட்டது.

ஒரு நாள் ராகுலிடம் ''பாட்டியை அடிக்கடி தொந்தரவு செய்யக் கூடாது. அவரது மகனும் பேரனும் சிக்கிரமே பாட்டியை அழைத்துச் செல்ல வரப் போறாங்க'' என்றாள் யாமினி. ''இல்லம்மா அவங்க யாரும் வரமாட்டாங்க'' என்று ராகுல் கூறிய பதில், அவன் தன்னைத்தானே தேற்றிக் கொள்வதற்கானது என்றுதான் யாமினி நினைத்தாளே தவிர, அந்த வாசகங்களின் பின்னே ஒளிந்திருக்கும் உண்மைகள் என்றும் தெரியப்போவதில்லை. ●



தட்டை செய்வதற்கு மாவை வறுக்கும்போது, தேங்காய்த் துருவலையும் சேர்த்து வறுத்தால், தட்டை மணமாக இருக்கும்.

– ஆர்.பார்வதி,
சென்னை–53



ஆஸ்த்துமா, ஈஸ்னோபீலியா, சைனஸ், அலர்ஜி, டான்சில், தும்மல், காச நோய் போன்றவற்றுக்கு தெய்வீக மூலிகை மற்றும் இயற்கை சிகிச்சை முறைகள்

பத்தியம் கிடையாது. பக்க விளைவு கிடையாது.

ஆஸ்த்துமா என்றாலே நுரையீரல் பாதிக்கப்பட்டுள்ளது என்பது எல்லோருக்கும் தெரியும். நம் உடலின் மார்பறையில் பக்கத்துக்கு ஒன்றாக இரண்டு நுரையீரல்கள் உள்ளன. நமது மூச்சு மண்டலம் மூக்கு, மூச்சுக்குழல், மூச்சுக்கிளைக்குழல், நுரையீரல், மூச்சு நுண் குழல்கள் மற்றும் காற்று நுண்ணறை போன்ற பகுதிகளைக் கொண்டுள்ளது. இதில் முக்கியமாக பிராங்கஸ் எனப்படும் மூச்சுக் கிளைக் குழல்கள் பாதிக்கப்படும்போதுதான் ஆஸ்த்துமா ஆரம்பமாகிறது.

ஆஸ்த்துமாவில் மூன்று வகைகள் உள்ளன.

1. மூச்சுக்கிளைக் குழல்கள் (Bronchial Asthma) பாதிக்கப்படும்போது ஏற்படும் ஆஸ்த்துமா
2. இதயம் பாதிக்கப்படும்போது (Cardiac Asthma) ஏற்படும் ஆஸ்த்துமா
3. சிறுநீரகக் கோளாறால் (Renal Asthma) ஏற்படும் ஆஸ்த்துமா



Dr. M.சபாபதி

மூச்சுக்கிளைக் குழல்கள் பாதிக்கப்படும் போது ஏற்படும் ஆஸ்த்துமா : நமது மூச்சு மண்டலம் மென்மையான சவ்வுகளால் ஆனவை. காற்றைத் தவிர வேறு எந்த மிக நுண்ணிய பொருள் அந்தப் பாதையைத் தொட்டாலும், மென்மையான சவ்வுகள் சுருங்கிவிடும். மூச்சுக் கிளைக் குழல்கள் சுருங்கும்போது நுரையீரலுக்குச் சென்றுகொண்டு இருக்கும் ஆக்ஸிஜன் அளவு குறைகிறது. இதனால் மூச்சு இரைப்பு ஏற்படுகிறது. இளம் வயதில் ஏற்படும் ஆஸ்த்துமாவை பிரைமரி காம்ப்ளக்ஸ் என்று கூறுவார்கள். நமது உடலில் நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைந்து, நோய்க்கிருமிகள் அதிகமாகி இரத்தத்தில் ஈஸ்னோபில்ஸ் என்ற அணுக்கள் தன் எண்ணிக்கையில் இருந்து அதிகமாகி விடும். இதைத்தான் ஈஸ்னோபீலியா என்று கூறுவார்கள். தொற்றுக்கிருமிகள் அதிகமாகும் போது டஸ்ட் அலர்ஜி, சளி, இருமல், தும்மல், மூக்கில் நீர்வடிதல் போன்ற அறிகுறிகள் தோன்றும். இதனைக் கவனிக்காவிட்டால் சைனஸ் ஆக மாறிவிடும். சைனஸ் நமது மூக்குப் பகுதியில் உள்ளன. இது நாம் உள்ளிழுக்கும் காற்றை ஈரப்பதமாக்கி நுரையீரலுக்கு அனுப்பும் வேலையைச் செய்கின்றன. சைனஸ் பகுதி கிருமிகள் மூலம் பாதிக்கப்படும்போது நீர்த் தேக்கம் ஏற்பட்டு தலைவலி, சளி, தலைபாரம், காய்ச்சல் போன்றவை ஏற்படும். இந்த சைனஸ் நோயைக் கவனிக்காவிட்டால் தான் இதன் அடுத்த நிலையான மூச்சுக்கிளைகள் பாதிக்கப்பட்டு ஆஸ்த்துமாவாக மாறிவிடும்.

இதய நோயால் ஏற்படும் ஆஸ்த்துமா : இதயம் நோயால் பாதிக்கப்படும்போது ஏற்படும் மூச்சிரைப்பு ஆகும். இதில் மூச்சுத்திணறல், வேகமான, அதிகமான நாடித்துடிப்பு, நெஞ்சுவலி, படபடப்பு போன்றவை ஏற்படும். இவர்களுக்குப் பகலைவிட இரவில்தான் அதிகமான மூச்சுத் திணறல் ஏற்படும்.

சிறுநீரகக் கோளாறால் ஏற்படும் ஆஸ்த்துமா : சிறுநீரகங்கள் பாதிக்கப்படும்போது ஏற்படும் மூச்சிரைப்பு ஆகும். சிறுநீரகங்கள் பழுதடையும்போது இரத்தத்தில் உள்ள கழிவுப் பொருட்களும், உற்பத்தி ஆகும் சிறுநீரும் போதுமான அளவு வெளியேற்றப்பட முடியாததால் உடலில் நுரையீரல் முதல் பல உறுப்புகளில் நீர்த் தேக்கம் ஏற்பட்டு மூச்சுத்திணறல் ஏற்படும்.

ஆஸ்த்துமா நோய்க்கான காரணங்கள் : புகைத்தல், பொடி போடுதல், மதுவகைகள், நிறம், மணம் போன்றவற்றுக்காகப் போடப்படும் இராசாயனம் கலந்த பொருட்கள். பலவித நோய்களுக்காக எடுக்கும் வீரியமிக்க இரசாயனம் கலந்த மருந்துகள், நீண்ட நாள் மலச்சிக்கல், பால், டீ, காப்பி, இனிப்பு வகைகள், குளிர்ந்த பானங்கள், நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைவு, டென்ஷன், கவலை, பயம், பனி, குளிர், மழை போன்ற சீதோஷ்ண மாறுபாடுகள், நச்சுக்காற்று, மாசு நிறைந்த புகை போன்றவற்றால் சுவாச உறுப்புகள் பாதிப்படைந்து சுருக்கம் ஏற்பட்டு, ஆக்ஸிஜன் அளவு குறைந்து விடுகிறது. இதனால் மூச்சிரைப்பு தோன்றுகிறது.

ஆஸ்த்துமா நோய்க்கான அறிகுறிகள் : சளி, இருமல், தும்மல், மூக்கில் நீர் வடிதல், மூக்கடைப்பு, மூச்சுத் திணறல், மூச்சுவிட முடியாமை, பசியின்மை, மூச்சுவிடும்போது விசில் சத்தம் வருதல், மலச்சிக்கல், கோழை, கபம் போன்றவை இருக்கும்.

குறிப்பு : **மேற்கூறிய நோய்களைப் போக்கும், சித்தர்கள் அருளிய தெய்வீக மூலிகைகள், கலவை பொடியாக அல்லது கேப்ஸ்யூலாக அல்லது கலவை லேகியமாக பக்க விளைவு இல்லாமல் எங்கள் முகவரியில் சிகிச்சை பெறலாம்.**

ஒவ்வொரு மாதமும் 2ந் தேதி [illegible] 4ந் தேதி [illegible] 7, 8ந் தேதி [illegible] 9ந் தேதி [illegible] 12ந் தேதி [illegible] 13ந் தேதி [illegible] 14ந் தேதி [illegible] 15ந் தேதி [illegible] 16ந் தேதி [illegible] 20, 21ந் தேதி [illegible] 26ந் தேதி [illegible]

Dr. M.குருபரன், Dr. M.சபாபதி,
S/o Dr. C.K. மாணிக்கவாசகம்
CKM தெய்வீக மூலிகை மையம்

தலைமை முகவரி : P.B.No. 30, 1, திருநாத முதலி நகர் (காலேஜ் எதிரில்), திருப்பத்தூர், வேலூர் - 635 601
✆ 04179-220469, 222769 **செல் :** 94441 61670, 94444 07638

சென்னை கிளை : 115, புரசைவாக்கம் நெடுஞ்சாலை, (பிரின்ஸ் மேனர் பக்கத்தில்) கெல்லீஸ், சென்னை - 10
✆ 044-26424285, 26427638 **செல் :** 9444001447

மேலே உள்ள முகவரிகளில் ஆலோசனை நேரம் தினமும் காலை 10 - 1 மணி வரை, மாலை 5 - 7 மணி வரை

குக்கரி



ரூ.250/- பரிசு பெறும் ரெஸிபிகள்!

முந்திரிப் பால் மசால் கிரேவி

தேவையான பொருள்கள்:

முந்திரிப் பருப்பு - 100 கிராம்
சர்க்கரை சேர்க்காத கோவா - ½ கப்
பால் - ½ கப்
நெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
வெங்காயம் - 2 (பொடியாக நறுக்கவும்)
உலர்ந்த திராட்சை - சிறிது
பட்டை, லவங்கம், ஏலம் - தலா 1
உப்பு - தேவையான அளவு

அரைக்க

தனியா - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
இஞ்சி - சிறு துண்டு
பாதாம் பருப்பு - 6
வர மிளகாய் - 6

கண்டிப்பாகப் பயன்படுத்த வேண்டிய பொருள்கள் : முந்திரி + பால்

செய்முறை:

வாணலியில் நெய் ஊற்றி முந்திரியை வறுத்து தனியே வைக்கவும். கொஞ்சம் நெய் ஊற்றி, கோவாவையும் பொன்னிறமாக வறுத்து தனியே வைக்கவும்.

அதே வாணலியில் வெங்காயத்தை பொன்னிறமாக வதக்கவும். அரைக்க கொடுத்திருக்கும் பொருள்களை அரைத்து அந்த விழுதை வெங்காயத்துடன் சேர்த்து, நன்கு வாசம் வரும் வரை கிளறவும். உலர்ந்த திராட்சை, 1½ கப் நீர் விட்டு உப்பு சேர்த்து மூடி போட்டுக் கொதிக்க விடவும்.

குழம்பு நன்கு கொதித்ததும் வறுத்த கோவா, வறுத்த முந்திரி, பால் சேர்த்துக் குழம்பு க்ரேவியாக வரும் வரை மிதமானத் தீயில் வைத்து இறக்கவும்.



க்வீன்!

மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி முடிவுகள்!



இறக்கும்முன் பட்டை, இலவங்கம், ஏலம் தாளித்து நெய் கொஞ்சம் ஊற்றி இறக்கவும். டேஸ்டியான க்ரேவி ரெடி!

- சந்தியா,
சென்னை - 94

மிக்ஸ்ட் வெஜிடபிள், காஷ்யூ அல்வா

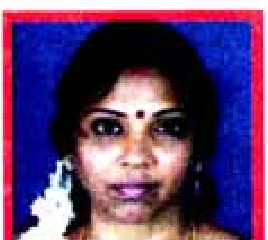
தேவையான பொருள்கள்:

முந்திரிப் பருப்பு - 1 கப்
பால் - 3 கப்
கேரட் துருவல்,
பீட்ரூட் துருவல் - 1 கப்
தேங்காய்த் துருவல் - ½ கப்
சர்க்கரை சேர்க்காத
கோவா - ¼ கப்
சர்க்கரை - 2 கப்
ஏலப்பொடி - 1 டீஸ்பூன்
பாதாம், பிஸ்தா,
சாரைப் பருப்பு - ¼ கப்
நெய் - 1 கப்

செய்முறை:

முந்திரிப் பருப்பை அரை மணி நேரம் வெந்நீரில் ஊற வைத்து, ஒரு கப் பால் விட்டு மிக்ஸியில் அரைக்கவும். கேரட் துருவல், பீட்ரூட் துருவல், தேங்காய்த் துருவல் மூன்றையும் சிறிது நெய் விட்டு வதக்கி, இரண்டு கப் பாலில் வேக வைக்கவும். நன்றாக வெந்ததும் அத்துடன் அரைத்த முந்திரி விழுது, கோவா, சர்க்கரை, நெய் சேர்த்து, கை விடாமல் கிளறவும். கெட்டியானப் பதத்துக்கு வந்ததும் ஒரு கிண்ணத்தில் கொட்டி, நெய்யில் வறுத்த பாதாம், பிஸ்தா, சாரைப் பருப்பு இவற்றைப் போட்டுக் கலக்கவும். சூப்பர் அல்வா தயார்!

- வி.பத்மாவதி,
அரியலூர்



குக்கரி க்வீன் போட்டிக்கு வந்து குவிந்த சமையல் குறிப்புகளைப் பொறுமையாக அலசி, சிறந்தவற்றைத் தேர்ந்தெடுத்துத் தந்த உஷா ரவிச்சந்திரனுக்கு நன்றி!

காஜு சேலஞ்ச்

தேவையான பொருள்கள்:

மைதா - 1 கப்

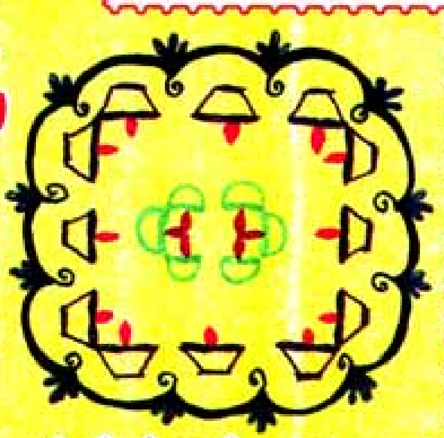
பெண் மொழி!

நல்ல குணங்களைக் கொண்ட ஒரு தாயின் மகளை மனைவியாகத் தேர்ந்தெடுங்கள்.

- ஃபுல்லர்

தகவல் : லக்ஷ்மி சிவம், சென்னை





எஸ்.வி.பத்மாவதி, கருங்கல்பாளையம்

நெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
உப்பு - 1 சிட்டிகை

பூரணம்:

பால் - 1 லிட்டர் (கோவா காய்ச்சி அதில் ஒரு டீஸ்பூன் சர்க்கரை சேர்க்கவும்.)
பாதாம் - 10
பொடித்த முந்திரி - ½ கப்
(பாதாம், முந்திரியை நெய்யில் வறுத்து மிக்ஸியில் பொடியாக்கவும்)
ஏலப்பொடி - ½ டீஸ்பூன்

பாகிற்கு :

1½ கப் சர்க்கரை,
கேசரி கலர் - சிட்டிகை,
ஏலப்பொடி, நெய், எண்ணெய் - தேவையான அளவு

செய்முறை: மைதா, நெய், உப்பை தேவையான அளவு நீர் சேர்த்து, பூரி மாவு போல் கெட்டியாகப் பிசைந்து ஒரு மணி நேரம் ஊற வைக்கவும்.

கோவா, பாதாம் - முந்திரிப் பொடி, ஏலப்பொடி, நெய் - ஒரு டீஸ்பூன் சேர்த்து நன்கு கலந்து விழுதாக்கவும்.

பிசைந்த மாவை சப்பாத்திகளாக இடவும். ஒரு சப்பாத்தியின் மேல் கோவா விழுதை சமமாகத் தடவி, மேலே மற்றொரு சப்பாத்தி போட்டு இறுக்கி சுருட்டி கத்தியால் சிறு துண்டுகளாக்கவும்.

சர்க்கரையுடன் அதே அளவு நீர் சேர்த்து நன்கு கரைய விடவும். அதில் கேசரி கலரும், ஏலப்பொடியும் சேர்க்கவும்.

எண்ணெயை மிதமாகக் காய வைத்து, அதில் வெட்டிய சப்பாத்தி துண்டுகளைப் பொன்னிறமாகப் பொரித்து, சூட்டுடன் சர்க்கரைப் பாகில் ஊற விடவும். நன்கு ஊறியதும், எடுத்து வைக்கவும்.

சுவையான இந்த 'காஜு சேலஞ்ச்' உங்கள் நாவுக்கு ஒரு சேலஞ்சான இனிப்பு!

- ராதா பாலு, போபால்

கேஷு பரோட்டா

தேவையான பொருள்கள்:

முந்திரிப் பருப்பு - 100 கிராம்
பால் - அரை லிட்டர்
கடலை மாவு - ¼ கிலோ
கொள்ளு மாவு - 200 கிராம்
சோள மாவு - 50 கிராம்
கோதுமை மாவு - ½ கிலோ
வெண்ணெய் - 50 கிராம்
உப்பு, எண்ணெய் - தேவையான அளவு

செய்முறை:

முந்திரிப் பருப்பை இரண்டு மணி நேரம் ஊற வைத்து மிக்ஸியில் விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும். ஒரு வாயகன்ற அடி கனமான பாத்திரத்தில் எல்லா வகை

மாவு + முந்திரி விழுதை சேர்த்து நன்றாகக் கலக்கவும். பிறகு, உப்பு சேர்த்து பாலை சிறிது சிறிதாக விட்டு, சப்பாத்தி மாவு போல பிசைய வேண்டும். இரண்டு டீஸ்பூன் எண்ணெய் சேர்த்து மாவை மிருதுவாக பிசைந்து ஒரு மணி நேரம் ஊற விடவும்.

மாவை சிறு சிறு உருண்டைகளாக்கி திரட்டி, சப்பாத்தியாக இட்டு நடுவில் வெண்ணெய் தடவி மீண்டும் உருண்டை செய்து, சப்பாத்தி இட்டு தோசைக்கல்லில் போட்டு எடுக்கவும். சப்பாத்தி உப்பிக் கொண்டு வரும். பிரித்தால் இரண்டு மூன்று லேயர் வரும். இந்தப் பரோட்டாவை அப்படியே சாப்பிடலாம். தொட்டுக் கொள்ள ஆலு சப்ஜி ஏற்றது. குழந்தைகளுக்கு சத்தான டிஷ் இது.

- எஸ்.சாந்தி,
சென்னை - 73





டீ.வி., ஃப்ரிஜ், ட்யூப் லைட் போன்ற எலெக்ட்ரிக் சாதனங்களை அணைத்த சில நொடிகளில் மீண்டும் போடாதீர்கள். ஃப்ரிஜில் கம்ப்ரசரும், டீ.வி.யில் பிக்சர் டியூபும், டியூப் லைட்டில் பாலஸ்டும் பாதிக்கப்பட்டு விரைவில் பழுதாக வாய்ப்புண்டு.

– கீதா ஹரிஹரன், கொல்லம்

முந்திரி டிலைட்

தேவையான பொருள்கள்:

ஓடித்த முந்திரி - 1 கப்
பால் - 1 கப்
நெய் - 1 கப்
சர்க்கரை - 2 கப்
ஏலக்காய்ப் பொடி - 1 டீஸ்பூன்

அலங்கரிக்க:
முந்திரி, பாதாம், பிஸ்தா

செய்முறை:

முந்திரிப் பருப்புடன் பால் சேர்த்து மிக்ஸியில் விழுதாக அரைத்து வைக்கவும். அடி கனமான வாணலியில் சர்க்கரையைப் போட்டு அரை தம்ளர் தண்ணீர் விட்டுக் கரைய விடவும். சர்க்கரை நன்றாக கரைந்ததும் அரை கப் நெய்யை அத்துடன் சேர்க்கவும். அரைத்து வைத்த பால் + முந்திரி விழுதை சேர்த்து நன்றாகக் கிளறிக் கொண்டே இருக்கவும். முந்திரிக் கலவை சிறிது கெட்டியானவுடன் அரை கப் நெய்யையும், ஏலப் பொடியையும் சேர்த்து மிதமானத் தீயில் நன்றாகக் கிளறவும்.

கலவை இலேசாக பொங்கி வரும் போது நெய் தடவி வைத்துள்ள தட்டில், கொட்டி சிறிது ஆறியவுடன் வில்லைகள் போட்டு வறுத்த முந்திரி, பாதாம், பிஸ்தா பருப்புகளை அலங்கரிக்கவும். பத்து நிமிடங்களில் இந்த முந்திரி டிலைட் செய்துவிடலாம். செய்து சுவைத்துப் பாருங்களேன்.

- எஸ். சாவித்திரி நடராஜன்,
சீர்காழி



தேங்காய் அரைத்துச் செய்யும் கூட்டுக் குழம்புடன் சிறிது கசகசாவையும் சேர்த்து அரைக்கவும். குழம்பு திக்காக இருக்கும். கசகசா வயிற்றுப் புண்ணுக்கும் நல்லது.

– டி.எம்.பானுமதி,
ஆதம்பாக்கம்



மரக்கிளைகளில் அல்லது வீட்டின் மர உத்தரத்தில், கயிறு கட்டி ஊஞ்சல் ஆடுபவர்கள் கவனமாக இருக்க வேண்டும். கயிற்றை வேகமாக ஆட்டும் போது கழுத்தில் சுருக்கி, அபாயம் ஏற்படுத்தலாம்!

– கே.எஸ்.கோவர்த்தனன்,
வேளச்சேரி

மிளகுத்தூள், உப்பு, எலுமிச்சைச் சாறு மூன்றையும் சமபங்கில் கலந்து வாரம் ஒரு முறை பற்கள் தேய்த்து வரவும். பல் வியாதிகள் குணமாகும். பற்களும் பளிச்சிடும்.

– வெங்கடேஸ்வரன், திருநின்றவூர்

வெங்காயச் சாறுடன் தேன் கலந்து தினமும் காலையில் சாப்பிட்டு வந்தால் இரத்தக் கொதிப்பு குறையும்.

– டி.ஆறுமுகம், ஈரோடு–2

காலை வேளையில் உடலில் சிறிது தேங்காய் எண்ணெயைத் தடவி, சிறிது நேரம் இளவெயிலில் இருந்து பிறகு குளிக்கவும். இதனால் உடல் அரிப்பு, சருமம் வறண்டு போவது போன்றவற்றை தடுக்க முடியும்.

– கே.எஸ்.கிருஷ்ணவேணி,
கும்பகோணம்

சிகரெட், புகையிலை போடும் பழக்கம் உள்ளவர்கள், உணவில் தினமும் ஓட்ஸ் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். ஓட்ஸில் உள்ள 'பி' குரூப் வைட்டமின்களும் ஐந்து வகையான தாது உப்புகளும் உள்ளது. இது நச்சு முறிவு மருந்தாகச் செயல்பட்டு சிகரெட் பிடிக்கவும், புகையிலை போடவும் தூண்டும் பழக்கத்தைக் குறைக்கும்.

– லக்ஷ்மி சிவகுமார், சென்னை–21

வாரம் ஒரு முறை சுரைக்காயைச் சுத்தம் செய்து சாறு பிழிந்து, சாப்பிடலாம். வயிற்றுக் கோளாறுகள், குடல்புண், ஜீரண உபாதை கள், வலிப்பு சம்பந்தமான உபாதைகள் நீங்கும்.

– சீதாலக்ஷ்மி, குஜராத்

இவை எல்லாமே
ஆஹா 50 தான்!

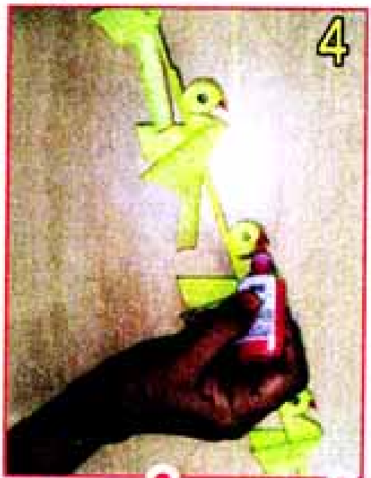

நீங்கள் வீட்டிற்கு வெளியே செல்லும் ஒவ்வொரு தடவையும் உங்கள் சருமம் தாக்கப்படுகிறது.
உங்கள் சருமத்தை ஸின்த்தால் உபயோகித்து காத்திடுவீர்.
நீங்கள் வீட்டிற்கு வெளியே செல்லும்போதெல்லாம் உங்கள் சருமம் தொடர்ந்து சூடு, தூசு மற்றும் புகையினால் தாக்கப்படுகிறது. அது முகப்பருக்கள், ராஷ்கள், மருக்கள் மற்றும் இதர சரும பிரச்சினைகளை உண்டாக்குகிறது. 92%*-க்கு மேல் டாக்டர்கள் சரும பாதுகாப்பிற்கு ஸின்த்தாலை சிபாரிசு செய்கிறார்கள். ஸின்த்தால் மூலம் உங்களுடைய அன்றாட சரும பாதுகாப்பைப் பெறவும்.
ஸின்த்தால் - டாக்டர்களினால் சிபாரிசு செய்யப்படும் சரும பாதுகாப்பு.
CINTHOL
CINTHOL







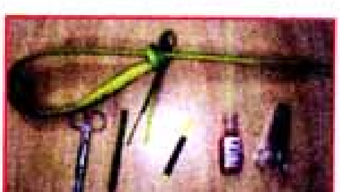
கை வேலை



தென்னங்குருத்தில்

தேவையான பொருள்கள்:

தென்னங் குருத்துகள்
கத்தரிக்கோல்
பென்சில்
கறுப்பு நிற ஸ்கெட்ச்
ஸ்டேப்ளர்
3டி லைனர்



செய்முறை:

ஒரு தென்னங்குருத்தை எடுத்து இரண்டு அங்குல அளவுக்கு, சிறு சிறு துண்டுகளாக வெட்டி எடுக்கவும்.

மற்றொரு தென்னங்குருத்தில் கறுப்பு நிற ஸ்கெட்ச் உதவியுடன் கிளியின் தலைப் பகுதிக்கான உருவத்தை (படம் ஒன்றில் காட்டியபடி) வரைந்துக் கொள்ளவும். (ஒவ்வொரு தலை பகுதிக்கும் இடையே இரண்டு அங்குலம் இடைவெளி இருக்க வேண்டும்.)

வரைந்த தலைப்பகுதியைத் தவிர்த்து எஞ்சியிருக்கும் இரண்டு அங்குல அளவுள்ள வால் பகுதியைக் (குச்சி உள்ள பகுதியில்) கிழித்து மடித்து, கிளியின் உடல்பாகத்தில் நடுவில் படம் இரண்டில் காட்டியபடி வைக்கவும். அடுத்து முதலில் இரண்டு அங்குல அளவுக்கு வெட்டிய சிறு துண்டினையும் உடல் பகுதியோடு சேர்த்து (படம் 3) வைத்து ஸ்டேப்லர் பின் மூலம் இணைக்கவும். சிறகுகளும், வால் பகுதியும் சேர்ந்த கிளியின் உடல் உருவம் தயார்.

இப்போது கிளியின் கழுத்துப் பகுதியை மெதுவாகக் கத்தரிக்கோலின் துணையுடன் வளைவாக வெட்டவும்.

தலைப் பகுதி, அலகு பகுதியையும் நிதானமாக

வெட்டவும். இப்போது 3டி லைனர் மூலம் அலகு பகுதியை நிறமிடவும். முழுமையான கிளி உருவம் தயார்!

தேவைப்பட்டால் 3டி லைனரில் (பச்சை) சிறகுகளுக்கும் வால் பகுதிக்கும் நிறமிடலாம்.

தலைப் பகுதியின் நடுவில் கறுப்பு ஸ்கெட்சால் புள்ளி வைக்கவும். அழகான



வண்ணக் கிளி!

கண் உறுப்பு தயார். இப்போது கிளி உருவத் தோரணம் ரெடி.

ஒரு தென்னங்குருத்தில் நான்கைந்து கிளிகள் செய்யலாம். ஒன்றன் மீது ஒன்றாக, பார்க்க அழகாக இருக்கும்.

வீட்டு விசேஷ காலங்களில் சற்று வித்தியாசமாக இந்தக் கிளித் தோரணம் தொங்க விட்டு, விருந்தினர்களை அசத்தலாம்! தென்னங் குருத்து இல்லையெனில் சார்ட் பேப்பரிலும் செய்யலாம்.

- செ.கலைவாணி,
சென்னை - 16

அலங்கார வளைவு
ஆர்ப்பரிக்கும் கடல்
நங்கூரம் பாய்ச்சிய கப்பல்
நகரும் மீன்பிடிப் படகுகள்
செதுக்கி வைத்த சிலைகள்
வானுயர் கட்டிடங்கள்
வளைந்து நீளும்
நெக்லஸ் ரோடு
இன்னும் எத்தனையோ
இயற்கையும் செயற்கையுமாய்
காட்சிகள் வழிப்பயணத்தில்
எதையும் ரசிக்கவிடவில்லை.
டயாபரோ
டிரவுசரோ அணியாமல்
என் மடியில் அமர்ந்திருந்த
சகப்பயணியின் குழந்தை.



பயணம்!



ஜொலிக்கிறாங்க!

மல்லிகா பத்ரிநாத்

உங்க வெற்றியில் உங்க கணவர், பிள்ளைகளின் பங்கு என்ன ?

நான் சேலம் சாரதா கல்லூரியில், பி.எஸ்.ஸி ஹோம் சயின்ஸ் பட்டம் பெற்றவள். இருந்தாலும் வீட்டில் சமைத்துப் பழக்கமில்லை. கூட்டுக் குடும்பமாக இருந்ததால், அடுக்களைக்குள் போகும் அவசியமே ஏற்படவில்லை. ஆனால், சித்திகள், அத்தைகள், அண்ணிகள் போன்றோர் சமைக்கும் போது ஆர்வத்தோடு சில சமையல் குறிப்புகளை எழுதி வைத்திருந்தேன்.

1977ல் எனக்குக் கல்யாணமாகி சென்னை வந்தபோது, சமைக்க வேண்டிய கட்டாயம் ஏற்பட்டது. என் கணவர், ஆடிட்டராக இருந்ததால், அடிக்கடி டூர் போய்விடுவார். அவர் வீட்டுக்குத் திரும்பும் நாட்களிலாவது வாய்க்கு ருசியாகச் சமைத்துப்போடலாம் என்று எண்ணியபோது என்னுடைய ரெஸிபி நோட்புக்குகள்தான் உதவின.

அதிலிருந்து சில சைட்டிஷ்களைத் தேர்ந்தெடுத்து '100 வெஜிடேரியன் கிரேவிஸ்' என்ற தலைப்பில் புத்தகம் போடலாம் என்று ஐடியா கொடுத்தவரே என் கணவர்தான்!

அதற்குப்பின் 24 சமையல் புத்தகங்களை எழுதி விட்டேன். என் பிள்ளைகளான ப்ரதிப், ப்ரஷாந்த் இருவரும் வெளிநாட்டில் இருந்தபோது, மலாய், மெக்ஸிகன், சைனீஸ், தாய் போன்ற வெளிநாட்டு உணவு வகைகளிலும் எனக்குப் பரிச்சயம் ஏற்படுத்தினார்கள், சமைக்கச் செய்தும் சாப்பிட்டுப் பார்த்தும் ஊக்கப்படுத்தினார்கள்.

என் மருமகள்கள் சுஹாசினி, ஐஸ்வர்யா இருவரும் நன்றாகச் சமைக்கிறார்கள். அடுத்தது 'டயட்' ரெஸிபி எழுதிக் கொண்டிருக்கிறேன். அதற்கு இவர்கள்தான் உதவுகிறார்கள்!





தொழிலுக்குப் பெயர் சூட்டுவது எப்படி?

குழந்தைக்குப் பெயர் சூட்டுவதைவிட சிரமமானது, தொழிலுக்குப் பெயர் சூட்டுவது. டிரேட் மார்க் (Trade Mark) பிரச்னைகள், வேறு நிறுவனங்களின் பெயரை, தெரியாமல் பயன்படுத்தும்போது ஏற்படக்கூடிய சட்டச் சிக்கல்கள் என்றிருப்பதால் பெயர் சூட்டுகின்ற போது கவனம் தேவை.

வாடிக்கையாளர்களைக் கவர்ந்திழுக்கக் கூடிய முதல் விஷயம் பெயர்தான். ஒரு தொழிலினுடைய பெயரில் மூன்று முதல் ஐந்து சொற்கள் வரை இருக்கலாம். சோனி, ஃபோர்ட், டாடா, பிர்லா போன்ற சிறிய பெயர்கள், குழந்தைகளால் கூட எளிதில் உச்சரிக்கும் வகையிலிருக்கும்.

தொடங்குனர் அல்லது கடவுளின் பெயர்களை நிறுவனங்களுக்கு

வாங்க

சென்ற இதழில் கீதா வினோத்குமாரின் கேள்விக்கு வீட்டில் ஒரு சிஸ்டம் வைத்து தொழில் தொடங்குவதற்கான வழிமுறைகளைக் கொடுத்திருந்தோம். அதன் தொடர்ச்சி இந்த இதழிலும் தொடர்கிறது.

அக்கவுண்டிங்:

பி.காம் முடித்து சில காலம் அனுபவம் பெற்றவருக்கு, உகந்த துறை இது. நிறைய ஆடிட்டர்களுக்கும், கார்ப்பரேட் நிறுவனங்களுக்கும் தங்களது பில்களையும், வவுச்சர்களையும் ஒத்துப் பார்த்து, வங்கிக் கணக்குகளை சரி பார்த்து, கணக்கு முடித்து தரும் பணிகள் செய்வதற்கு பகுதி நேரம் பணியாற்றக் கூடிய பெண்கள் வேலைக்குத் தேவைப்படுகிறார்கள். டேலி (Tally) மென்பொருளைக் கற்றுக் கொண்டிருத்தலும், தொழில் சார்ந்த நடைமுறை அறிவும் இப்பணிக்கு அவசியம்.

இணைய வணிகம் (E-commerce)

நீங்கள் புத்தகப் பிரியரா? இணைய தளத்தில் ஒரு புத்தகக் கடையைத் தொடங்கலாம். இதற்கு இணையதளத்தை வடிவமைக்க மட்டும் கொஞ்சம் மூலதனம் இருந்தால் போதும். எந்தப் புத்தகத்தையும் வாங்கி, நீங்கள் ஸ்டாக் வைத்துக் கொள்ள வேண்டியதில்லை. எல்லா நூல் வெளியீட்டாளர்களி

இராம்குமார் சிங்காரம்



தொழில் முன்னேற்றம்

சூட்டுவது பழைய நாகரிகமாகிவிட்டது.

அடுத்ததாக, பெயரின் இரண்டாவது, மூன்றாவது, நான்காவது சொற்கள் நீங்கள் செய்யக்கூடிய தொழிலை எளிதில் விளக்குவதாக அமைய வேண்டும். ஏஜென்சிஸ் (Agencies), & கோ (& Co), எண்டர்பிரைசஸ் (Enterprises), ஸ்டோர்ஸ் (Stores), கார்ப்பரேஷன் (Corporation) என்பது போன்ற பொதுப்படையான பெயர்களைத் தவிர்த்து விடுவது நல்லது.

பிரிண்டிங் நிறுவனம் என்றால் ஆப்செட் அச்சகம் என்பதைத் தெளிவாகக் குறிப்பிடலாம். டிபார்ட்மெண்டல் ஸ்டோர், மருந்துக்கடை, நகைக்கடை, துணிக் கடை, ஆயத்த ஆடையகம் என்று என்ன பொருள்களை விற்கிறீர்களோ அதை நிறுவனத்தின் பெயரிலேயே தெளிவாகச் சொல்லி விடுவது உத்தமம்.

அண்மையில் ஒரு விசிட்டிங் கார்டில் ‘சங்கீதா எண்டர்பிரைசஸ்’ என்று குறிப்பிட்டிருந்தது. அந்நிறுவனம் என்ன தொழில் செய்கிறது என்பதைப் பெயரைப் பார்த்தவுடன் யூகிக்க முடியவில்லை. விசாரித்த போது, அந்நிறுவனம் கம்ப்யூட்டர் உதிரி பாகங்களை விற்கக் கூடிய நிறுவனம் என்று தெரிய வந்தது. அப்படியானால் ‘சங்கீதா கம்ப்யூட்டர் உதிரிபாக விற்பனையகம்’ என்ற பெயரைப் பயன்படுத்தியிருக்கலாமே? நுகர்வோருக்கும் எளிதில் புரியுமல்லவா?

ஒரு நிறுவனத்தை எத்தனைப் பங்குதாரர்களைக் கொண்டு தொடங்குகிறீர்கள் என்பதைப் பொறுத்து பிரைவேட் லிமிடெட், பப்ளிக் லிமிடெட் என்ற ஐந்தாவது மற்றும் ஆறாவது சொற்களை

தொழிலதிபர் ஆகலாம்!

டமும் பேசி குறிப்பிட்ட கழிவுத் தொகையில் புத்தகத்தைப் பெற ஒப்புதல் வாங்குங்கள். நீங்கள் கழிவாகப் பெறும் தொகைதான் உங்களுடைய லாபம். வீட்டிலிருந்தபடியே இணையத்தின் வாயிலாக, புத்தகத்தின் குறிப்புகளை, உங்களுக்கு கிடைக்கும் மின்னஞ்சல் முகவரிகளுக்கு அனுப்பிக் கொண்டே இருங்கள். புத்தக ஆர்டர் கிடைக்கக் கிடைக்க, உங்களுக்கு அமோக லாபம்.

புத்தகக் கடை என்பது ஒரு உதாரணம் தான். மசாலாத் தூள், ஊறுகாய் போன்ற பலசரக்குப் பொருள் விற்கும் கடையாகக் கூட இருக்கலாம். மெழுகுவத்தி, பாக்கு மட்டை என எந்த வணிகத்தையும் நீங்கள் இணையதளம் வாயிலாக அதிக முதலீடு இன்றி செய்யலாம்.

வாங்குவோரிடம் முன்கூட்டியே கிரெடிட் கார்ட் மூலம் பணத்தைப்



முடிவு செய்ய வேண்டும்.

பல பெரிய நிறுவனங்கள், தங்களது பெயரைத் தேர்ந்தெடுத்த வரலாற்றைப் புரட்டிப் பார்த்தால் சுவாரஸ்யமாக இருக்கும். உதாரணத்துக்கு ஒரு கதையை மட்டும் கூறுகிறேன்.

எச்.எம்.வி.

'கிராமஃபோன் கம்பெனி' (Gramaphone Company) என்ற பிரபல நிறுவனத்தினுடைய பிராண்டாக 1899-இல் எச்.எம்.வி. அறிமுகமானது. எச்.எம்.வி. என்பது 'ஹிஸ் மாஸ்டர்'ஸ் வாய்ஸ்' (His Master's Voice) என்ற சொற்களின் சுருக்கமாகும்.

மார்க் (Mark) என்ற பாடகர், ஒரு நாயை வளர்த்து வந்தார். அவர் இறந்ததற்குப் பிறகு அவரது பிரிவின் துயரத்தால் அந்த

பெற்றுக் கொண்டு, விற்போரிடம் ஒரு மாதக் கடனுக்கு வாங்கி, பணமின்றி தொழில் புரிவது சாத்தியமே. இந்தத் தொழிலை அயல் நாடுகளில் உள்ளோருக்கும் விரிவுபடுத்த விரும்பினால், நீங்கள் அரசிடமிருந்து ஏற்றுமதி உரிமம் (IE Code) பெற வேண்டும் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

இணைய வழி ஆசிரியர் பணி (Online Tutorial)

கற்பிக்கும் பணியில் இந்தியர்கள், மிகச் சிறந்த தேர்ச்சி பெற்றவர்கள் என்பது பொதுவாக உலக அரங்கில் நமக்குக் கிடைத்த நற்பெயராகும். இணையத்தின் வழியாக மாணவர்களுக்கு பாடங்கள் கற்றுக் கொடுப்பது, ஐயங்களைப் போக்குவது, கேள்விகள் தயார் செய்வது, பாடத்திட்டங்கள் உருவாக்குவது எனப் பல பணிகள் தற்போது மேற்கொள்ளப்பட்டு வருகின்றன. கல்வி சார்ந்த அறிவும், நல்ல ஆங்கிலப் புலமையும் இத்தொழிலுக்கு அவசியம் தேவை.

உதவியாளர் பணி (Secretarial Work)

வர்ச்சுவல் அசிஸ்டென்ஸ் என்பது மேலை நாடுகளில் ஒரு பெயர் பெற்ற துறையாக வளர்ந்து வருகிறது. தொடர் பயணத்தில் இருக்கக் கூடிய தொழில் முனைவருக்கு அவருக்கான பயணத் திட்டங்களை இறுதி செய்வது, மின்னஞ்சல்களுக்கு பதிலளிப்பது, கடிதங்கள் தயார் செய்வது, தினசரி வேலைகளைப் பட்டியலிடுவது என ஒரு தனிச் செயலருக்கே உரிய வேலைகள் அனைத்தையும் வீட்டிலிருந்தபடியே இணையத்தின் வாயிலாகச் செய்து கொடுப்பதுதான் வர்ச்சுவல் அசிஸ்டென்டாகும்.

பெண் மொழி!



முயற்சியுள்ள ஆணுக்குச் செல்வம் வந்து குவியும். கனிவுள்ள பெண்ணுக்குப் புகழ் வந்து குவியும்.

- பைபிள்

தகவல் : லக்ஷ்மி சிவம், சென்னை



வி.சுமித்ரா, மூலச்சத்திரம்

நாய் சோகத்தில் ஆழ்ந்து, மெலியத் தொடங்கியது. மார்க்கினுடைய சகோதரர் ஃபிரான்சிஸ் பாரட் (Francis Barraud) ஒரு சிறந்த ஓவியர். அவரும் மார்க்கின் பிரிவால் வாடினார்.

ஒரு நாள், மார்க்கினுடைய பாடல்களை இசைத்தட்டின் வாயிலாக அவர் கேட்டுக் கொண்டிருந்தபோது, அருகில் வந்து அந்தக் குரலைக் கேட்ட நாய், மிகுந்த மகிழ்ச்சியுடன் பழைய நிலைக்குத் திரும்பியது.

வியப்படைந்த ஃபிரான்சிஸ், இசைத்தட்டிலிருந்து அந்த நாய், பாடல் கேட்பது போன்று ஒரு ஓவியத்தை வரைந்தார். அதற்கு 'ஹிஸ் மாஸ்டர்'ஸ் வாய்ஸ்' என்ற பெயரை சூட்டி அதன் உரிமையை கிராமஃபோன் நிறுவனத்திடம் விற்றார். இப்படி உருவானதுதான் எச்.எம்.வி. பிராண்ட்.

இதுபோன்ற வரலாற்றுப் பின்னணியுடன் கூடிய சுவையான பெயர்களை நீங்களும் யோசிக்கலாம்.

பயணச்சீட்டு பெற்றுத் தரும் சேவை (E-ticketing)

டிராவல்ஸ் நிறுவனத்தில் பணியாற்றிய அனுபவம் கொண்டோருக்கு ஏற்ற துறை இது. உங்கள் வசம் 10 முதல் 20 வாடிக்கை யாளர்கள் இருந்தால் நீங்கள் வீட்டிலிருந்தபடியே பேருந்து, இரயில், விமானம் போன்றவற்றில் பயணச் சீட்டுகளை எடுத்து தரலாம்; தங்கும் விடுதிகளை ஏற்பாடு செய்து தரலாம்; சுற்றுலாத் திட்டங்களை வகுத்துக் கொடுக்கலாம்.

பயணச் சீட்டுகள் முன்பதிவு செய்யும் போது உங்களுக்கான கமிஷனைப் பெற ரெயில்வே துறையினரின் உரிமம், விமானப் பயணச் சீட்டுகளுக்கு ஐ.ஏ.டி.ஏ. உறுப்பினர் சேர்க்கை போன்றவை தேவை. ஆரம்பத்தில் சில மாதங்களுக்கு, இந்த உரிமங்களைப் பெறும் வரை, தரகுத் தொகையை வாடிக்கையாளர்களிடமிருந்து பெற்றுக் கொண்டு இச்சேவையில் ஈடுபடலாம்.



மேற்கூறிய தொழில்கள் அனைத்துக்குமே தொழில் சார்ந்த படிப்பறிவும், அனுபவமும் அவசியம் தேவை. இதில் சில பணிகள், பெண்கள் வீட்டிலிருந்தபடியே பகுதி நேரமாக மேற்கொள்வதற்கு உரிய சூழல், தமிழகத்தில் இன்னும் பெரிய அளவில் ஊக்கம் தருவதாக அமையவில்லை என்பது உண்மை.

இவை அனைத்தும் பெரிய கார்ப்பரேட் நிறுவனங்களாலும், சிறிய நிறுவனங்களாலும் முழு நேரப் பணிகளாக தற்போது மேற்கொள்ளப்பட்டு வருகின்றன. ஆனால், வெகு விரைவில் இவை உங்களுக்கு செல்வம் கொழிக்கக் கூடிய தொழில்களாக மாறும்.

மார்க்கெட்டிங் துறையில் நல்ல தொடர்புள்ளவர்களும், வாடிக்கையாளர்களிடம் நற்பெயர் பெற்றவர்களும் இதுபோன்ற தொழில்களில் நன்கு ஜொலிக்க முடியும். குறிப்பாக, தொழில் சார்ந்த அறிவைவிட, பேச்சு சாதுர்யத்தின் மூலம் ஆர்டர் எடுக்கும் வல்லமை உள்ள பெண்கள், வீட்டிலிருந்தபடியே பகுதி நேரமாக பணியாற்றும் தொழில்களில், கொடிகட்டிப் பறக்கலாம்.

(வாசகிகள் கேள்விகளைத் தொடர்ந்து அனுப்பலாம்)

ஆந்திரா ஸ்பெஷல் தக்காளித் தொக்கு!





* ஆர்.கிரிஜா,

தேவையான பொருள்கள்:

கனிந்த தக்காளிப்பழம் - 1 கிலோ
புளி - எலுமிச்சையளவு
வெள்ளைப் பூண்டு - ஆறேழு பற்கள்
கடுகு - 1 டீஸ்பூன்
வெந்தயம் - 2 டீஸ்பூன்
மஞ்சள்பொடி, பெருங்காயம் - சிறிதளவு
எண்ணெய் - வதக்க தேவையான அளவு
மிளகாய்ப்பொடி - 2 டீஸ்பூன்
பச்சை மிளகாய் - 4
உப்பு - ருசிக்கு

செய்முறை:

தக்காளியைக் கழுவி, தண்ணீரில் ஐந்து நிமிடங்கள் வேக வைக்கவும். ஆறியதும், தோலை நீக்கி, மிக்ஸியில் விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

புளியை ஊற வைத்து, கெட்டியாகக் கரைத்துக் கொள்ளவும். வெள்ளைப் பூண்டைப் பொடியாக நறுக்கவும்.

அடிகனமான வாணலியில், கடுகு, வெந்தயம், பெருங்காயம் போட்டு, எண்ணெய் விடாமல் வறுத்து, பொடித்து தனியாக எடுத்து வைக்கவும்.

அதே வாணலியில், இரண்டு கரண்டி எண்ணெய் ஊற்றி, கடுகு தாளித்து, பச்சை மிளகாய் கீறிப் போடவும். இலேசாக வதங்கியதும், மிளகாய்ப்பொடி, மஞ்சள் பொடி போட்டு அரைத்த தக்காளி விழுதைச் சேர்க்கவும்.

உப்பு சேர்த்து வதக்கவும். கொதித்துப் பாதியாக வந்ததும், புளிக் கரைசல் ஊற்றவும்.

கெட்டியாக அல்வா பதத்துக்கு வந்ததும், வறுத்துப் பொடித்த பொடியைப் போட்டு, ஒரு கிளறு கிளறி இறக்கவும். சூப்பர் சுவையுள்ள தக்காளித் தொக்கு தயார்! இது தோசை, சப்பாத்தி, உப்புமா, சாதம் எல்லாவற்றுக்கும் ஏற்ற சூப்பர் சைட் டிஷ்!

தக்காளிப்பழம் மலிவாகக் கிடைக்கும் போது, இந்தத் தொக்கு செய்து ஃப்ரிஜ்ஜில் வைத்துக் கொண்டால், ஒரு வாரம் வரை கெடாது இருக்கும்.

- ஆர்.கிரிஜா, பெங்களூரு

“உலக நன்மைக்காக”

இந்தியாவிலேயே முதன் முறையாக அனைத்து தரப்பு மக்களும் பங்கேற்கும் வகையில்

“15 லட்சம் ருத்ராக்ஷங்கள்” கொண்ட பந்தலின் கீழ்

- ஹோமங்களிலேயே தலையாய ஹோமமாக கருதப்படுவது மகாருத்ரஹோமம்
- இது 150க்கும் மேற்பட்ட வேத விற்பன்னர்கள் கூடி 3 நாட்கள் (6 வேளை நடத்தும் மாபெரும் ஹோமம்)
- இது அனைத்து தரப்பு மக்களும் கலந்து நடத்தும் வகையில் (ஸங்கல்பம்) எங்களது ஆருத்ரா சேவா சாரிடபிள் டிரஸ்ட் மூலம் நடைபெற இருக்கிறது.
- இந்த மஹா ருத்ர ஹோமத்தைப் பற்றி யஜுர் வேதம் குறிப்பிடுகையில் சமகம் (ஒரு மனிதனின் தன்னுடைய தேவைகளாக எதை நினைக்கிறானோ) அதை அனைத்தையும் கொடுக்க வல்லது என கூறுகிறது.
- ருத்ராக்ஷமானது "முத்து, பவழம், ஸ்படிகம், தாமரை போன்ற மாலைகளை கொண்டு உச்சரிக்கும் மந்திரங்கள் பல மடங்கு பலன்களை அளித்தாலும் அதை விட கோடி மடங்கான பலனை அளிக்க வல்லது என நடராச சதகம் போன்ற நூல்களில் கூறப்பட்டுள்ளது.
- இந்த ஹோமம் 15 லட்சத்திற்கு மேற்பட்ட ருத்ராட்சங்கள் கொண்ட பிரமாண்ட பந்தலின் கீழ் இந்தியாவிலேயே முதன் முறையாக நடத்த திட்டமிட்டுள்ளது.
- இவ்வகையில் நடத்தப்படும் இந்த ஹோமம் இதில் பங்குபெறும் 150 வேத விற்பன்னர்களால் கிட்டத்தட்ட 4 ஆயிரம் முறை உச்சரிக்கப்படும் ருத்ர ஜபமானது 15 லட்சம் ருத்ராக்ஷங்கள் மூலம் கணக்கிடலங்கா மடங்கு பலனை தரும் என்பது உறுதி.
- இதில் கலந்து கொள்வதன் மூலம் திருமணத்தடை, கல்வி, வேலைவாய்ப்பு, நல்வாழ்க்கை, கடன் பிணி நீங்க, மன அமைதி போன்ற மனிதனின் பலவிதமான நியாயமான தேவைகள் இறையருளால் நிறைவேறும் என்பது நிச்சயம்.
- இதில் பல்வேறு ஆதீனங்களும், ஆன்மிகவாதிகளும் கலந்து கொள்வார்கள் என எதிர்பார்க்கப்படுவதால் அவர்கள் அனைவரையும் ஒரு சேர தரிசிக்கும் சந்தர்ப்பமாக இந்த ஹோமம் அமையும்.
- பல வருடங்களாக தொடர்ந்து செய்யும் ஹோமம் மூலம் பெறப்படும் பலன்களை இந்த 3 நாட்கள் ருத்ராக்ஷ பந்தலின் கீழ் நடைபெறும் ஹோமம் தருவதால், தாங்கள் இந்த சந்தர்ப்பத்தை நழுவவிடாமல் கலந்து கொள்ள அன்புடன் அழைக்கிறோம்.



மிக பிரம்மாண்டமான

மஹாருத்ர ஹோமம்

(சென்னையில்)

மிக விரைவில்..!

100க்கும் மேற்பட்ட வேத விற்பன்னர்களால் 3 நாட்கள் நடைபெறும் ஹோமத்தில் பங்குபெற அரிய வாய்ப்பு...!

மேலும் விபரங்களுக்கு

ஆருத்ரா சேவா சாரிடபிள் டிரஸ்ட்® - சென்னை - 94.

போன்: 91763 62022, 95000 40195, 98401 05060, 97914 73577

துளசி கண்ணன்













வாவ்!

செய்முறை: *ஜீன்ஸ் பேண்ட் கடினமாக இருப்பதால் டிசைன் போடும் இடங்களின் உள் பகுதியில், தேவையான அளவு சார்ட் பேப்பரை கட் செய்து, படம் 1ல் காட்டியபடி வைக்கவும். கார்பன் ஷீட் உதவியுடன் டிசைனை ட்ரேஸ் செய்து கொள்ளவும். ஜீன்ஸ் பேண்டில்*



தேவையான பொருள்கள்

ஜீன்ஸ், டிசைன் ஷீட், கார்பன் ஷீட், ஃபேப்ரிக் கலர்ஸ், ஃபேப்ரிக் கோல்ட் பவுடர் அண்ட் மீடியம்(2), பிரஷ், ஃப்ராலிகா 3டி, 3டி கிளிட்டர்ஸ், வெள்ளை சார்ட், பெண்சில், பார்ல் கலர்.









டிஸைன் போடாமல் 3டி கிளிட்டர்ஸ் கொண்டு எழுத்துக்களை எழுதவும். (உங்கள் கற்பனைத் திறனுக்கேற்ப டிஸைனோ, எழுத்துக்களோ வரையவும்) இப்போது 'தகதக'க்கும்

வண்ணத்துப் பூச்சி டிஸைன், ஜீன்ஸில் ஜொலிக்கும்.

அடுத்ததாக டீ ஷர்ட்டிலும் தேவையான

வண்ணத்துப்பூச்சி டிஸைன்!

டிஸைன் பதிந்திருக்கும்.

கோல்ட் பவுடருடன் மீடியம் (2) கலந்து, (கோல்ட் பவுடருடன் சில துளி மீடியம்) பிரஷ் உதவியுடன் டிஸைனின் உள்பகுதியில் நிரப்பவும். டிஸைனின் உள்பகுதியிலும், தேவையான இடங்களிலும் ஃப்ராலிகா 3டி மூலம் அலங்கரிக்கவும். இப்போது ஜீன்ஸின் ஒரு (கால்) பகுதி தயார். அடுத்த பகுதியில்

டிஸைனை ட்ரேஸ் செய்து, பர்ல் கலரை நிரப்பி 3டி கிளிட்டர்ஸில் அலங்கரிக்கவும். இருபத்துநான்கு மணி நேரம் காய வைத்து ரிவர்ஸில் அயர்ன் செய்யவும். எல்லோராலும் போடக்கூடிய எளிய டிஸைன் இது.



ஜொலிக்கிறாங்க!

டாக்டர் ப்ரியா செல்வராஜ்

பெற்றோர்கள் தங்களுக்குப் பிறக்கும் பெண் குழந்தையை முழு மனதுடன் வரவேற்கிறார்களா

முன்பைவிட இப்போதெல்லாம் முதல் குழந்தை, பெண் குழந்தையாக, இருந்தால் பெற்றோர்கள் ரொம்ப மகிழ்ச்சியாக ஏற்றுக் கொள்கிறார்கள். சில குடும்பங்களில் முதல் குழந்தை பெண்ணாக பிறந்து, இரண்டாவது குழந்தையும் பெண்ணாகவே பிறந்து விட்டால்தான் கொஞ்சம் சலித்து கொள்கிறார்கள். கிராமங்களைப் பொறுத்தவரை இன்னும் இந்த மனோபாவம் குறையவேயில்லை. ஒரு தாய், தனக்குப் பிறக்கும் பெண் குழந்தையை வெறுக்கவே மாட்டாள். அவளைச் சுற்றி இருக்கும் அவளது, குடும்பத்தார், உற்றார், உறவினர் எல்லோருமாகச் சேர்ந்து "போச்சு போ, ரெண்டாவதும் பெண் குழந்தையேவா?" என ஏதோ வேதனை கலந்த தொனியில் கேட்கும்போதுதான் தாயும் மனத்தளவில் சோர்ந்து விடுவாள். ஆனாலும் அந்த மனச்சோர்வு அதிக நாட்கள் நீடிக்காது.

இன்றைய காலக்கட்டத்தில் பெண் குழந்தைகள், ஆண் குழந்தைகளுக்கு எந்த அளவிலும் சளைத்தவர்கள் அல்ல என்பதை அனைத்துத் துறைகளிலும் நிரூபித்து கொண்டுதானே இருக்கிறார்கள்?





பெண்களின் வாழ்க்கையை...

என்.உமாராமசுப்ர மணியன், பெங்களூர்-2

பெண்களின் வாழ்க்கையைத் தீர்மானிப்பது எது? அழகா? பணமா? படிப்பா?

மூன்றுமில்லை! எண்ணங்கள்தான் வாழ்க்கையைத் தீர்மானிக்கும். அதுவும் நாம் தனிமையில் இருக்கும்போது, நம்மில் சுழலும் எண்ணங்களே... நம்மை உருவாக்குகின்றன... எனவே... வளப்படுத்தும் எண்ணங்களையே பலப்படுத்துங்க!

ஏ.பி.ஆர்.புனிதா ரமேஷ், நங்கவரம்

உங்க 'அன்பு வட்டம்' பதில்களைத் தொடர்ந்து படிக்கிறேன். சில சமயம் உங்களுக்குக் கடவுள் நம்பிக்கை இருப்பதாகத் தோன்றுகிறது. சில சமயம் இல்லாதது போல் தோன்றுகிறது. எதுதான் நிஜம் அனுஷா?

பள்ளிச் சிறுமிகள் இருவர், ஸ்கூலுக்குப் போய்க் கொண்டிருந்தனர். அன்றைக்கு முக்கியமான பரீட்சை. வழியில் கொஞ்சம் லேட்டாகிவிட்டது. ஒரு சிறுமி சொன்னாள், ''இதோ இந்தக் கோயிலுக்குப் போய் கும்பிடலாம். சாமி காப்பாத்திடுவாரு!'' என்றாள்.

மற்றவளோ, ''வேணாம்... வேணாம்... நாம்ப முடிஞ்ச அளவுக்கு வேகமா ஓடலாம். ஓடிக்கிட்டே பிரார்த்தனை செய்யலாம்'' என்றாள்.

'70% நம் முயற்சி! 30% கடவுள் கையில்'னு நினைக்கிற ஆஸ்திகப் பெண் நான்! எனி மோர் டவுட்ஸ்?

சி.கவிதா குலசேகரன், தஞ்சாவூர்-2

சமீபத்தில் உங்களைக் குற்ற உணர்வு கொள்ளச் செய்தது எது அனுஷா?

செல்ஃபோன் வந்த புதிதில் வாங்கிய எளிய மாடல் அது! ஆறு வருடங்களாக ஒரு தொல்லை இல்லை! கேமிரா, எஃப்எம், மல்டிமீடியா, மெயில், ப்ளூ டூத் போன்ற எந்த நவீன வசதியுமில்லை என்றாலும்



தீர்மானிப்பது எது?



நல்ல செய்திகளையே கொண்டு வந்தது. சமீபத்தில் ஒரு நவீன செல்ஃபோனை வாங்க நேர்ந்ததும், என் பழைய செல்ஃபோன் பயனற்று கிடக்கிறது.

"நான் நன்றாகத்தானே உழைத்தேன்? என்னை ஒதுக்கி விட்டாயே! நீயும் ஆடம்பரவாதியாகிவிட்டாயே அனுஷா?" என்று அது என்னைக் கேட்காமல் கேட்கிறது!



இராம.வேதநாயகம்,
வடமாதிமங்கலம்

'ஒரு நாள் முதல்வர்'- பதவி கொடுத்தால் முதலில் எந்தக் கோப்பில் கையெழுத்து இடுவீர்கள்?

பூரண மதுவிலக்கை மிகக் கடுமையாக அமுல்படுத்தும் சட்டம் கொண்டு வந்து, தமிழகப் பெண்களின் ஊசலாடும் தாலிக் கயிறுகளை மீட்பேன்.

பா.குணா, வயலூர்

சமீபத்தில் நீங்கள் வியந்த விஷயம் எது?

பிப்ரவரி - 14 = காதலர் தினம்

நவம்பர் - 14 = குழந்தைகள் தினம்

இரண்டுக்குமிடையே மிகச் சரியாக பத்து மாதங்கள்! அட... அட! என்ன ஒரு துல்லியமான டைம்சென்ஸ்!



ராஜி குருஸ்வாமி, ஆதம்பாக்கம்

உங்கள் வீட்டு அலமாரியில் உள்ள குறிப்பிடத்தக்க புத்தகம் எது?

அது புத்தகம் அல்ல; அறிவுப் பெட்டகம். காஞ்சி மகா சுவாமிகள் அருளிய 'தெய்வத்தின் குரல்'- முதல் ஏழு பாகங்களையும் என் கணவர் வாங்கி வைத்திருக்கிறார்... அதைப் படிக்கும்போதெல்லாம் பிரியமுள்ள தாத்தாவின் மடியில் உட்கார்ந்து கதை கேட்கும் இன்பம் ஏற்படுவதாக உணர்கிறோம்.

மனிதாபிமானத்திலிருந்து,



அனுஷா நடராஜன்

The following particulars regarding the ownership of 'MANGAYAR MALAR' the Tamil Monthly newspaper, are published, as called for by rule 8 of the Registration of Newspapers (Central) Rules 1956.

FORM IV

1. Place of Publication	:	Chennai
2. Periodicity of Publication	:	Monthly
3. Name of Printer	:	Lakshmi Natarajan
Nationality	:	Indian
Address	:	Old No. 36, New No.12, 4th Main Road, Kasturba Nagar, Adyar, Chennai - 600 020
4. Name of Publisher	:	Lakshmi Natarajan
Nationality	:	Indian
Address	:	Old No. 36, New No.12, 4th Main Road, Kasturba Nagar, Adyar, Chennai - 600 020
5. Name of Editor	:	Lakshmi Natarajan
Nationality	:	Indian
Address	:	Old No. 36, New No.12 4th Main Road, Kasturba Nagar, Adyar, Chennai - 600 020

6. Names and addresses of individuals who own the newspaper and partners or shareholders holding more than one percent of the total capital: **Bharathan Publications Private Limited, 47-NP., Jawaharlal Nehru Road, Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.**

I hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

1.3.2010

Lakshmi Natarajan
Publisher

னத்திலிருந்து, மெய்ஞானம் வரை மகாசுவாமிகள் தொடாத சப்ஜெக்டே இல்லை... மெடா ஃபிஸிக்ஸ் கூட பேசு கிறார், தன்னுடைய எந்தவொரு அபிப் ராயத்தையும் கூட அவர் சமர்ப்பிக்கும் பணிவு இருக்கிறதே... 'மகா' என்பதற்கு மிகப் பொருத்தமான துறவிதான்!

பல இடங்களில் அனுபவப்பட்ட சம்சாரி கூட காணமுடியாத கருத்துக்களை, அப் பழுக்கற்ற காவியாளர் சொல்லும்போது, வியப்புதான் மேலிடுகிறது.

என்.கோமதி, திருநெல்வேலி

'த்ரீ இடியட்ஸ்' பார்த்தீங்களா?

தலைப்புதான் இடியட்ஸ், படம் நல்ல ப்ரில்லியன்ட்!

தமிழ் ஹீரோக்களின் தடபுடல் என்ட்ரி யைப் பார்த்துப் பார்த்து எரிச்சல் கிளப்பி யுள்ள நமக்கு, இந்த ஹீரோவின் என்ட்ரி ஸ்வீட் சர்ப்ரைஸ்!

ஜூனியர் மாணவர்கள் பேன்ட்டைக் கழற்றி பின்புறம் காட்டியபடி ராகிங் வரிசை யில் நிற்கும்போது, அமீர்கான் கல்லூரி ஹாஸ்டலுக்குள் நுழைவார்! அங்கே ஆரம் பிக்கிறது காமெடி சரவெடி! மனித நேயக் காட்சிகளுக்கும் பஞ்சமில்லை... 'ஆல் ஈஸ் வெல்' என்று சொல்லிக்கொண்டே ஒரு பெண்ணுக்கு விஷுவல் கான்ஃப்ரன்ஸ் மூலம் எமர்ஜென்ஸி பிரசவம் பார்க்கிறார். கரீனாவின் மூக்கை உரசாமல் முத்தம் கொடுப்பது எப்படி என்று தெரியாமல் கனவிலிருந்து விழித்துக் கொள்வார்.

சிரிக்க... சிந்திக்க... நல்ல பொழுது போக்கு படம்!

லதா, திருப்பத்தூர்

சமீபத்தில் நீங்கள் ரசித்த எஸ்.எம்.எஸ். ஏதாவது தட்டிவிடுங்க?

"ஒரு ஊர்ல ஒரு ஆளு காக்கா வளர்த்தான். அதைத் தொட்டா மெத்துன்னு ரொம்ப சாஃப்டா இருக்கும். அதுக்கு அவன் என்ன பேர் வைப்பான்?"

My-cro-soft

(கேன் யூ பீட் திஸ் மொக்கை?)

நாகு ராமசாமி, திருப்பூர்

ஜனவரி மங்கையர் மலரில் ஒரு வி.ஐ.பி. கல்யாணத்தைப் பற்றி 'ஒரு வார்த்தை'யில் எழுதியிருந்தீங்க. அதில் 'தாம்பூலப் பரிசாகத் தரப்பட்ட மரக்கன்று களை வற்புறுத்திக் கேட்டும் யாரும் வாங்கவில்லை'னு எழுதியிருந்தீங்க... 'வற்புறுத்திக் கொடுத்தும்' என்று தானே இருக்கணும்?

சொக்கா... என்னே உன் தமிழுக்கு வந்த சோதனை... நங்! (நான் தலையில் குட்டிக் கிட்ட சத்தம் திருப்பூரில் கேட்டுச்சா?)

கல்கி

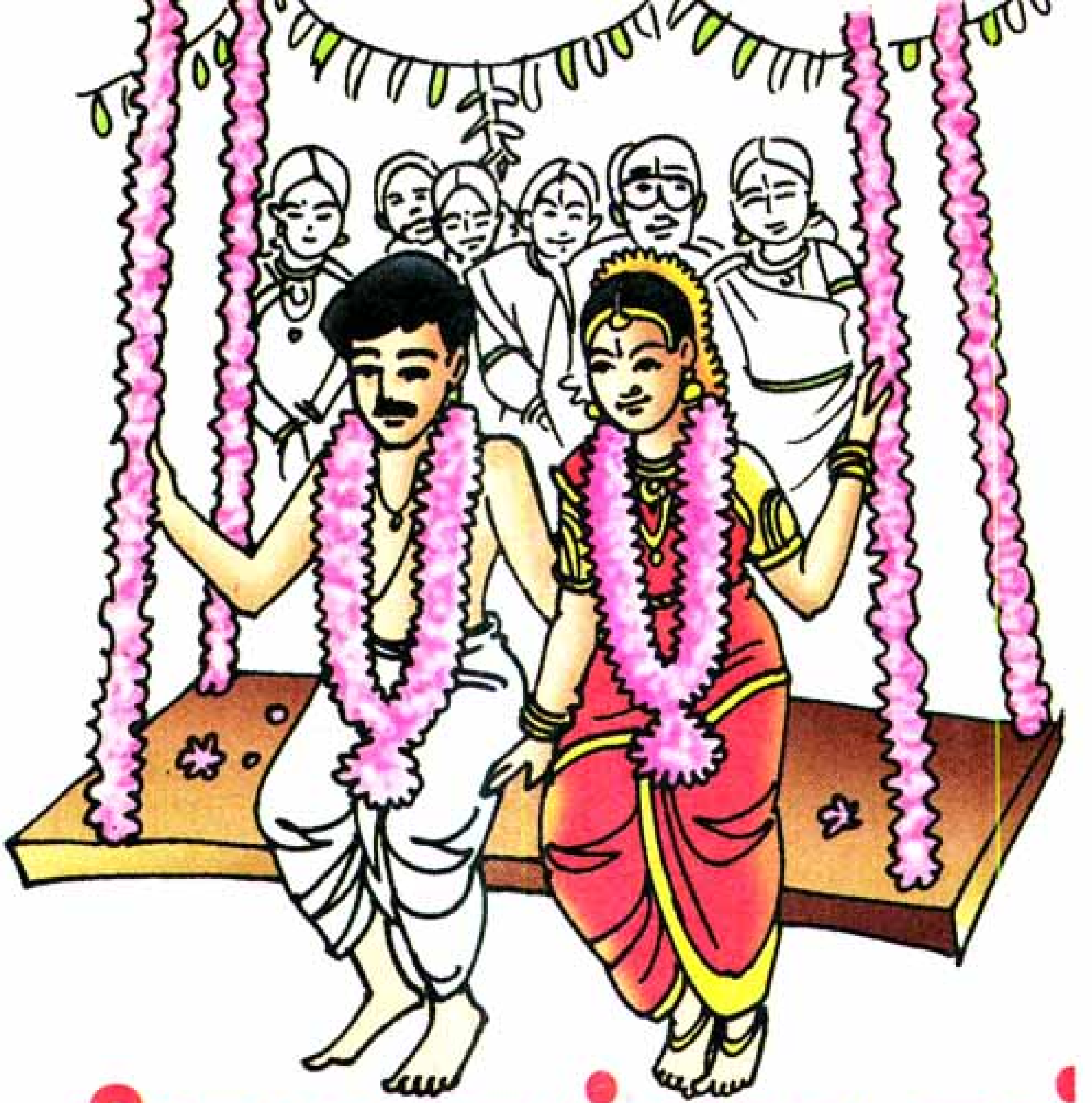
எக்ஸ்ரே பார்வையில் Exclusive செய்திகள்

4.03.2010, 21.03.2010 இதழ்கள்...

- பொதிகை மலை பிக்னிக் ஸ்பாட்ஸ்
- தாமிரபரணி திருத்தலங்கள்
- வெல்கம் டு அல்வா சிட்டி
- செங்கோட்டை கமகம பிரியாணி
- கிருஷ்ணாபுரத்துச் சிற்பங்கள்
- தேயிலை மணக்கும் மாஞ்சோலை
- நெல்லுக்கு வேலியிட்ட வேணுவன நாதர்
- தென்காசி ஆசாரம் திருநெல்வேலி உபசாரம்
- தென்னகத்தின் ஆக்ஸ்ஃபோர்டு



உடனே முந்துங்கள்... உங்கள் பிரதிகளுக்கு...



திருமணத்தை ஏல்

அண்மையில் ஒரு திருமணத்துக்குச் சென்றிருந்தேன், முகூர்த்தம் முடிந்த சில மணி நேரத்தில் மணமக்கள் திருமணப்பதி வாளர் அலுவலகத்துக்குச் சென்றார்கள். திருமணத்துக்கு வந்திருந்த சிலர் ''பத்திரிகை அடிச்சு, உற்றார், உறவினர்கள் சூழ திருமணம் நடந்திருக்கும்போது எதற் காகத் திருமணத்தைப் பதிவு பண் ணணும்?'' என்று கேட்டார்கள். திருமணத்தைப் பதிவு செய்வது இன்றைய கால கட்டத்தில் அவசியம் என்று அவ களுக்கு விளக்கிச் சொன்னேன்.

திருமணத்தைப் பதிவு செய்வதன் அவசியத்தைப் பற்றி பார்ப்போம்.

இந்து மத சம்பிரதாயப்படி நடக்கும் திருமணம், கோயில்களில் வைத்து நடக்கும் திருமணம், சுயமரியாதைத் திருமணம், சிறப்பு திருமண சட்டத்தின் படி நடக்கும் திருமணம், கிறிஸ்தவ இஸ்லாமிய, பார்சி முறைப்படி நடக்கு



பாலா நடராஜன்

திவு செய்யணும்?

திருமணங்கள் என்று பல வகை உண்டு. ஆனால், சமீபகாலமாக, காதலர்கள் வீட்டை விட்டு ஓடி வந்து காவல் நிலையங்களில் தஞ்சம் அடைந்துகொள்ள, அங்கிருக்கும் காவல் அதிகாரியே அவர்களது திருமணத்தை நடத்தி வைக்கும் சம்பவங்களும் நடைபெறுகின்றன.

சிலர் சாட்சிகள் யாருமின்றி கோயில்களில் திருமணம் செய்து கொள்கிறார்கள்; இதுபோல இன்னும் சில சூழ்நிலைகளில் நடக்கும் திருமணங்களில் கணவன் - மனைவி இருவருக்குள் பின்னால் பிரச்னை என்று வந்தால், அப்போது திருமணம் நடந்தது என்பதற்கே சட்டபூர்வமான சாட்சிகள் ஏதுமில்லாது போய்விடக் கூடும்.

இன்னொரு பக்கம், இன்று ஏராளமானவர்கள் அமெரிக்கா, ஆஸ்திரேலியா, வளைகுடா நாடுகள் என்று பல்வேறு அயல்நாடுகளுக்கும் பணி நிமித்தம் செல்ல வேண்டியிருக்கிறது. அதற்காக பாஸ்போர்ட்டுக்கும், விசாவுக்கும் விண்ணப்பிக்கும்போது, இவர் இன்னாருடைய கணவர் அல்லது மனைவி என்பதற்கான ஆதாரத்தைக் காட்ட வேண்டியது அவசியமாகிறது. திருமண அழைப்பிதழே இதற்குப் போதுமானது என்றாலும், திருமணத்தை சட்டப்படி பதிவு செய்து, அதற்குரிய பதிவாளர் வழங்கும் சான்றிதழ் வாங்கி வைத்துக் கொண்டால் இன்னும் பாதுகாப்பு.

விவாகரத்து வழக்குகள் இன்று அதிக அளவில் நீதிமன்றங்களுக்கு வருகின்றன. அப்போது, விவாகரத்து கோரும் இருவரும் கணவன் - மனைவி என்பதற்காக சட்டபூர்வமான ஆதாரத்தைச் சமர்ப்பிக்கவேண்டும். சட்டபூர்வமாக கணவன் - மனைவி இல்லாத இருவர் எதற்காக விவாகரத்து கோருவார்கள் என்று நீங்கள் நினைக்கலாம்? நான் கேள்விப்பட்ட ஒரு வழக்கில், ஒரு கணவன், தன் மனைவி அல்லாத வேறு ஒரு பெண்ணை 'இவள் தான் என் மனைவி' என்று கோர்ட்டில் ஆஜர்படுத்தி, விவாகரத்தே வாங்கிக் கொண்டு போய்விட்டார். இதுபோன்ற ஆள் மாறாட்டக் குற்றங்கள் நடைபெறாமல் தடுப்பதற்கு கணவன் - மனைவி இருவரது புகைப்படங்களும் ஒட்டப்பட்ட திருமணச் சான்றிதழ் மிகவும் கைகொடுக்கும்.

திருமணங்கள், இந்து திருமணப் பதிவேட்டில் பதிவு செய்யப்பட வேண்டும் என்று முன்பு இருந்தது. இப்போது திருமணங்களைப் பதிவு செய்

ஒரு கணவன், தன் மனைவி அல்லாத வேறு ஒரு பெண்ணை 'இவள்தான் என் மனைவி' என்று கோர்ட்டில் ஆஜர்படுத்தி, விவாகரத்தே வாங்கிக் கொண்டு போய்விட்டார்!

திருமணத்தை எப்படிப் பதிவு செய்வது?

மணமகன் அல்லது மணமகள் வசிக்கும் இடம் அல்லது திருமணம் நடக்கும் இடத்துக்குரிய திருமணப் பதிவாளர் அலுவலகத்தில் பதிவு செய்யலாம். பதிவு செய்யும்போது இருவரது தரப்பிலுமாக மொத்தம் மூன்று சாட்சிகள் அவசியம். மணமக்கள், தங்களது புகைப் படப் பிரதிகளுடன் அதற்குரிய விண்ணப் பத்தைப் பூர்த்தி செய்து உரிய கட்டணம் செலுத்த வேண்டும். திருமண அழைப் பிதழ் பிரதியையும் இணைக்கலாம். வழக்க மாக சொத்துப் பத்திரங்களைப் பதிவு செய்யும் பதிவாளர் அலுவலகங்களி லேயே, திருமணப் பதிவு அதிகாரியும் இருப்பார்.

திருமணம் பதிவு செய்வதற்கு திருமணம் முடிந்த இவ்வளவு நாட்களுக்குள் திருமணத்தைப் பதிவு செய்ய வேண்டும் என்ற காலக்கெடு எதுவும் கிடையாது. இந்தக் காலத்தில் திருமணம் ஆன கையோடு மனைவியை அயல்நாடுகளுக்கு அழைத் துக் கொண்டு போகிறார்கள். எனவே பாஸ்போர்ட் வாங்கும்போதும் அல்லது ஏற்கெனவே வாங்கிய பாஸ்போர்ட்டில் திருமணம் குறித்த தகவலை மாற்றம் செய்யவும், திருமணப் பதிவுச் சான்றிதழ் அவசியமாகிறது. ஆகவே, திருமணம் முடிந்த கையோடு, திருமணத்தைப் பதிவு செய்துவிடுவது நல்லது.

திருமணம் செய்துகொண்ட பிறகு பதி வாளர் அலுவலகம் சென்று பதிவு செய் வதைப் போலவே ஒரு சிலர், பதிவாள ரையே திருமணத்துக்கு வரவழைத்து பதிவு செய்வதும் உண்டு. அப்போதும், பதிவாளர் அலுவலகத்துக்குச் சென்று பதிவு செய்யும்போது என்னென்ன விதி முறைகள் உண்டோ அனைத் தையும் கடைபிடிக்க வேண்டி யது அவசியம். அதற்கென்று தனிக் கட்டணம் உண்டு.



யப்பட வேண்டும் என்று அரசாங்கமும், உச்சநீதிமன்றமும் அறிவுறுத்தியுள்ளன. திருமணத்தைப் பதிவு செய்வதன் மூலமாக இன்னார் இருவரும் திருமணம் செய்துகொண்ட தம்பதி என்பதற்கு ஆதாரம் கிட்டுகிறது. பிற்காலத்தில் ஏதாவது பிரச்னை வரு மாயின், திருமணமே நடக்கவில்லை என்று யாரும் மறுக்க முடியாது. திருமண மான ஒருவர் மேற்படிப்புக்காகவோ, வேலை நிமித்தமோ, பிற காரணங்களுக் காகவோ, தன்னுடைய மனைவியை அழைத்துக்கொண்டு வெளிநாடு செல்லும் போது, திருமணத்துக்கான ஆதாரத்தைக் கேட்பார்கள். திருமணம் பதிவு செய்யப் பட்டிருந்தால் திருமணச் சான்றிதழை அளித்து, நிரூபிப்பது எளிதாக இருக் கும்.

திருமணத்தைப் பதிவு செய்யவில்லை என்றால், பாஸ் போர்ட்டுக்கு விண்ணப்பிக்கும் போது, கூடுதலாக ஒரு அஃபிடவிட் தரவேண்டி இருக்கும். அதில் 'எங்கள் மத முறைப்படி நாங்கள், திருமணம் செய்து கொண்ட போதிலும், எங்கள் திருமணப் பதிவு செய்யப்படவில்லை; நாங்கள் இருவரும் கணவன் - மனைவி. எங் களுக்கு இந்த இடத்தில், இன்ன தேதியில் திருமணம் நடந்தது' என்று அதில் குறிப் பிடப்பட்டிருக்க வேண்டும். மேலும் கணவன் - மனைவி இருவரும் சேர்ந்து இருக்கும் புகைப்படம், அதிலே ஒட்டப் பட்டிருக்க வேண்டும்.

எழுத்து வடிவம்

எஸ்.சந்திரமௌலி



ஜொலிக்கிறாங்க!

சிவசங்கரி

சமீபத்தில் நீங்கள் எழுதிய புத்தகம் பற்றி?

பிரபல இந்திப் பாடலாசிரியர், கவிஞர் குல்சார் எழுதிய (சாகித்ய அகாடமி பரிசு பெற்ற) சிறுகதைத் தொகுப்பை தமிழில் மொழி பெயர்த்திருக்கிறேன். தலைப்பு: ராவி நதிக்கரையில்.

இந்தியா - பாகிஸ்தான் பிரிவினையின்போது நடந்த சம்பவங்களின் அடிப்படையில் பல்வேறு கோணங்களில் எழுதப்பட்ட அற்புதமான சிறுகதைகளின் தொகுப்புதான் இது. படித்தபோது ஒவ்வொரு கதையும் என்னை நெகிழ வைத்தன.

அந்தத் தொகுப்பிலிருந்து ஒரே ஒரு கதையை மிகச் சுருக்கமாக சொல்கிறேன். தேசப்பிரிவினை நேரத்தில் ஒரு நிறை மாத கர்ப்பிணிக்கு ஒன்று ஆரோக்கியமாகவும், இன்னொன்று நோஞ்சானாகவும் இரட்டைக் குழந்தை பிறக்கிறது. அடுத்த சில மணி நேரத்தில், இந்தியாவுக்குச் செல்லும் ரயிலில் அவள் புறப்பட வேண்டும்.



இரண்டு குழந்தைகளையும் ஒரே கூடையில் சுமந்தபடி ரயில் ஏறுகிறாள். நெரிசலில் நோஞ்சான் குழந்தை இறந்துவிடுகிறது. ஒரே கூடையில் ஒன்று உயிரோடு, இன்னொன்று உயிரற்று. கனத்த மனத்துடன் பயணிக்கிறபோது ராவி நதி நெருங்கு கிறது. சக பயணி 'உயிரற்ற குழந்தையை எதற்காகச் சுமந்து கொண்டிருக்கிறாய்? அதைத் தூக்கி ராவி நதியில் வீசிவிடு' என்று சொல்ல பெற்ற தாய் கனத்த சோகத்துடன், கைகளை நீட்டி, கூடைக்குள் துழாவி, ஒரு குழந்தையை எடுத்து, ஜன்னல் வழியாக ராவி நதியில் வீசுகிறாள். பிஞ்சு சிசுவின் அழுகைக் குரல் காற்றில் இலேசாகக் கேட்கிறது. படித்து முடித்தபோது நெஞ்சு பதறியது. வாழ்நாள் முழுக்க அந்தத் தாய், குற்ற உணர்வில் துடிப்பாளில்லையா?

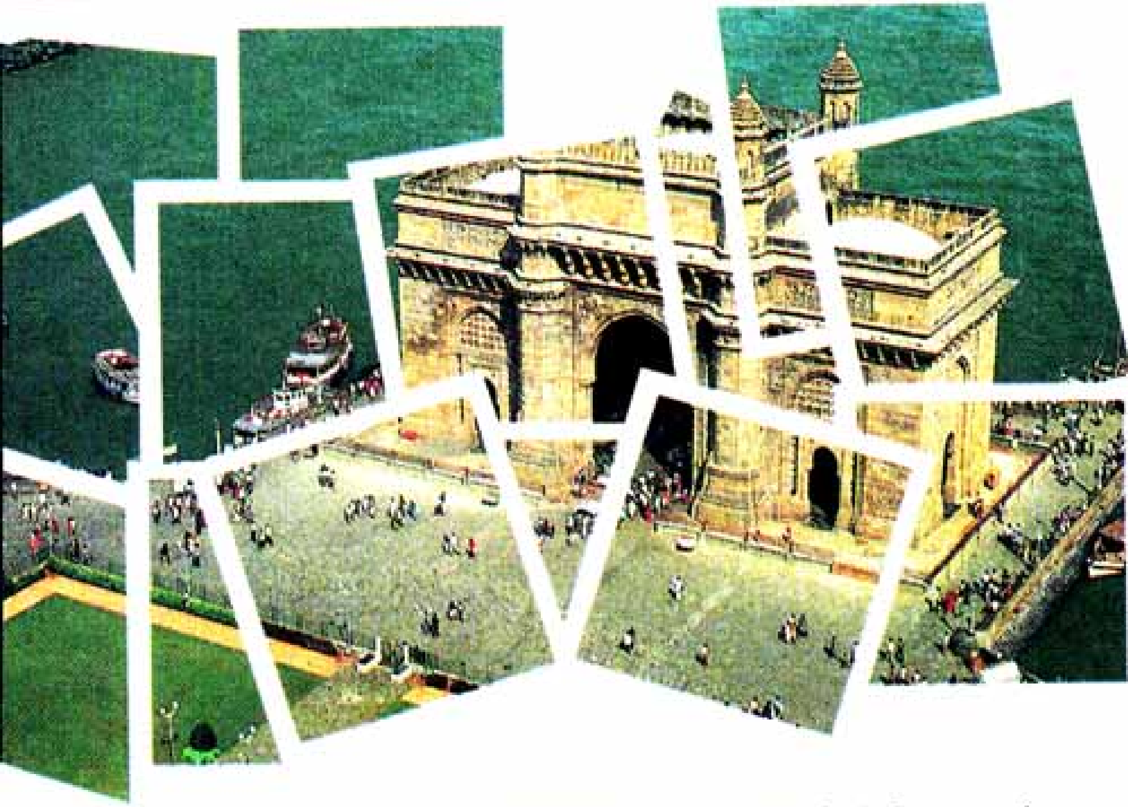
என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

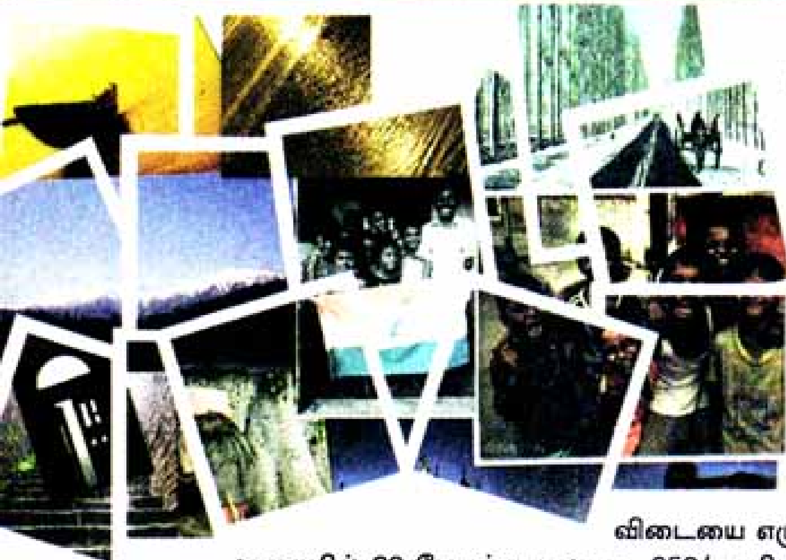
வழங்கும்

சுற்றுலா புதிர் - 2

ரூ. 5,000 பரிசு



காஷ்மீர் முதல் கன்னியாகுமரி வரை, இயற்கை அழகும் பாரம்பரியப் பெருமையும் கொண்டு, பார்ப்போரை வியக்க வைக்கிறது நமது இந்தியா! இந்தியா மட்டுமல்லாது சர்வதேச சுற்றுலா சம்பந்தப்பட்ட குறிப்புகளையும் தந்திருக்கிறோம். ஒவ்வொரு குறிப்பிலும் சில எழுத்துக்களைத் தேர்வு செய்து அவற்றை ஒழுங்குபடுத்தினால் உலக சுற்றுலாத் தலத்தின் பெயர் ஒன்று கிடைக்கும். உதாரணமாக 'வெஸ்டர்ன் இனிப்பு' என்பது குறிப்பு. அதிலிருந்து வெ, ஸ், னி ஆகிய மூன்று எழுத்துக்களைத் தேர்தெடுத்து ஒழுங்குபடுத்தினால் கிடைப்பது 'வெனிஸ்'.



இதுபோல் கொடுக்கப்பட்டுள்ள பத்து சுற்றுலாத் தலங்களின் பெயர்களையும் கண்டுபிடியுங்கள்.

உங்களுக்கு உதவ இன்னொரு க்ளூ. ஒவ்வொரு குறிப்பின் இறுதியிலும் அடைப்புக் குறிகளுக்குள் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் எண் அந்தச் சுற்றுலாத்தலத்தின் பெயரில் உள்ள எழுத்துக்களின் எண்ணிக்கையைக் குறிக்கிறது. சரியான விடையை எழுதி அனுப்புங்கள். குலுக்கல் முறையில் 20 பேருக்கு தலா ரூ. 250/- பரிசளிக்கப்படும்... எங்கே உங்க சுற்றுலா அறிவை சோதிச்சுப் பாருங்க!

1. அது நிஜந்தானா? (4)

....

2. ஊர்வசி வீட்டில் (3)

....

3. பிரகாஷ் அமீர் (4)

....

4. தங்கப்பல்காரரின் பூர்வாசிரமம் (6)

....

5. மலிவு அணா (3)

....

6. என் காலண்டர் (4)

....

7. தாய்க்கு ஆராரோ (3)

....

8. கரைந்த மருந்து (3)

....

9. தினமும் அன்பை விதை (3)

....

10. இளங்கோ அல்லவா? (2)

....

தொகுப்பு : **ஜி.எஸ்.எஸ்**

<u>போட்டி விதிகள் :</u>

சுற்றுலா சம்பந்தப்பட்ட விடைகளை நிரப்பி இந்தப் பக்கத்தைக் கிழித்து அனுப்புங்க. ஒருவரே எத்தனை கூப்பன்களை வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம். ஜெராக்ஸ் கூடாது.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : சுற்றுலா போட்டி - 2 மங்கையர் மலர்,
47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.
கடைசித் தேதி : 15.3.2010

பெயர் : .... விலாசம் : ....

....

....

தொலைபேசி எண் : .... ஈ-மெயில் : ....





நன்றி சொல்ல விரும்புகிறோம்!



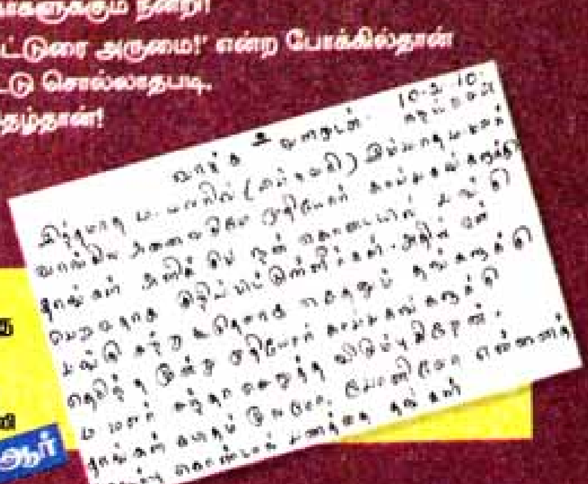


சீனியர் சிட்டிஸன்ஸ் சிறப்பிதழ்!



'நன்றி!' என்று ஒற்றைச் சொல்லில் முடித்துக் கொள்ள முடியாதபடி, நெஞ்சம் நெகிழ்ந்து நிற்கின்றோம். 30வது ஆண்டு மலராக, 'சீனியர் சிட்டிஸன்ஸ்' சிறப்பிதழாக மலர்ந்த பிப்ரவரி மாத மங்கையர் மலர் இதழை, சீராட்டி மகிழ்வீர்கள் என்பது எதிர்பார்த்ததுதான். ஆனால் வெளிநாடு முதல் குக்கிராமம் வரை இத்தனை வரவேற்பும் உற்சாக வாழ்த்துகளும் குவிந்ததில் சற்று திக்குமுக்காடித்தான் போனோம்! 'முதியோர் நலனில்' அக்கறை கொண்டு நாங்கள் தயாரித்த மலருக்கு தொலைப்பேசியிலும், கடிதங்கள் மூலமாகவும் பாராட்டு தெரிவித்த பலநூறு கணக்கான வாசகர்களுக்கும் நன்றி!

பொதுவாக, 'இந்தப் பகுதி சூப்பர்... அந்தக் கட்டுரை அருமை!' என்ற போக்கில்தான் விமர்சனங்கள் இருக்கும்... ஆனால் குறிப்பிட்டு சொல்லாதபடி, முழு புத்தகமுமே பாராட்டு பெற்றது இந்த இதழ்தான்! சாம்பிளுக்கு வாசகி மங்கையர்க்கரசி கடிதத்தைப் பிரசுரித்திருக்கிறோம். மீண்டும் ஒரு முறை கை குவித்து பணிகிறோம்!



மங்கையர் மலரால் மிகச் சிறந்ததாக தேர்வு செய்யப்படும் ஐந்து முதியோர் இல்லங்களுக்கு [காண்க பிப்ரவரி 2010-பக்கம் 7] ஓராண்டு சந்தா நன்கொடையாக வழங்க மனமகிழ்ந்து முன் வந்திருக்கிறார் மங்கையர்கரசி-நெல்லை

-ஆர்

வந்து குவிந்த பலநூறு கடிதங்களிலிருந்து மிகச் சிறப்பான கடிதங்களாக நூற்றுக்கும் மேல் தேர்வு செய்யப்பட்டன. அக்கடிதங்களை எழுதிய வாசகர்களின் பெயர்ப்பட்டியல் இதோ...

சுசிலா அரவிந்தன் - திருச்சி, ஆர்.அம்பிகா - அண்ணாநகர், எஸ்.மீனா - ஸ்ரீரங்கம், ஆர்.வண்டார்குழலி - திருநெல்வேலி, என்.பாலகிருஷ்ணன்- மதுரை, மஞ்சுளா பாய் - வியாசர்பாடி, அ.சம்பத் - கோயம்புத்தூர், வி.எஸ்.மோகன் - மதுரை, மயிலை கோபி - சென்னை, பிரேமா ராவ் - ஸ்ரீரங்கம், அனுராதா - சேலம், சி.விஜயாம்பாள் - கிருஷ்ணகிரி, ஜெயா ராஜாமணி - மதுரை, த.சத்திய நாராயணன் - அயன்புரம், வே.சாந்தகுமாரி -அரியாங்குப்பம், ஆர்.ஜி.பிரேமாபாலன் - செல்வமருதூர், எம்.அம்புஜம் முராரி - சேலம், ஜி.மஞ்சரி - கிருஷ்ணகிரி, அ.சந்திரலேகா - மதுரை, எம்.லெக்ஷ்மி - பத்தமடை, வி.பேபி - கும்பகோணம், பாக்கியம் வெங்கடரமணன், சென்னை, கே.கீதா - சென்னை, பிச்சைசுவாமிநாதன் - சென்னை, எல்.மோகனசுந்தரி - கிருஷ்ணகிரி, ஆர்.விஜய லக்ஷ்மி - சென்னை - 17, டி.வசந்தா - திண்டுக்கல், ஸ்வர்ணாதிருமூர்த்தி - திருக்கானூர்பட்டி, ரேவதி சங்கர் - இராயபுரம், ச.செல்வி - திருவண்ணாமலை, ஆர்.ஸ்ரீதேவி - திருவிடை மருதூர், சி.எல்.சுந்தரி - அவநாசி, ரஜினி பாலசுப்ரமணியன் - சென்னை - 91, ஆர்.காயத்ரி - கொல்கத்தா, லலிதா ராஜப்பா - சென்னை - 94, ஆர்.கவிதா - மதுரை, பானு பெரியதம்பி - சேலம், பி.நாகலக்ஷ்மி, அண்ணாநகர், ஆர்.ரங்கநாதன் - சென்னை - 17, ஜி.ஆர்.லலிதா - சென்னை, சியாமளா ராஜகோபால் - சென்னை, பிருந்தா நரசிம்மன் - சென்னை, ராமலக்ஷ்மி - அண்ணா நகர் மேற்கு, சீனு.சந்திரா - மைலாப்பூர், மணிமேகலை அருள்ஜோதி - கூடலூர், எஸ்.ஜானகி - உடுமலை பேட்டை, கனகம் பொன்னுசாமி - கோயமுத்தூர், கே.புஷ்பா - சேலம், ஜெரிணாகாந்த் - சென்னை, என்.ராமசுப்ரமணியன் - பெங்களூரு, மஞ்சுளா -

ராவது எதையாவது சொன்னா, அதுக்கு மாற்றுக் கருத்து இருந்தாத்தான்
வாதம் சூடுபறக்கும், சிந்தனைகள் சிறக்கும், நீங்களும் கலந்துக்குங்களேன்...



ரட்டிக்குப் போட்டி!

ஒரு தாய் அதிகம் பாசம் காட்டுவது மகனிடமா? மகளிடமா?

ந்தத் தலைப்பில் ஏதாவது ஒரு அணியின் சார்பாகத் தோன்றும் கருத்துகளைப்
து வரிகளுக்கு மிகாமல் அஞ்சலட்டையில் மட்டுமே தெளிவா எழுதி அனுப்புங்க.



டுவர் : ஓவியர் ஜெயராஜ்

டைசித் தேதி : 15.3.2010

செகந்திராபாத், வி.பிச்சுமணி - சேலம், என்.சரோஜா - திருச்சி, வி.பவானி - திருவண்ணாமலை, பி.ஜெயராஜ் - உள்ளகரம், விஜயா சுந்தரராஜன் - திருவள்ளூர், கமலா ராஜேசேகரன் - பொள்ளாச்சி, எஸ்.மங்கையர்கரசி - நெய்வேலி, என்.காளிதாஸ் - சிதம்பரம், ஜெ.லக்ஷ்மி - தஞ்சாவூர், ஜெயலக்ஷ்மி சேதுராமன் - வடபழனி, செந்தமிழ் ராமலிங்கம் - செம்பொன்னார் கோயில், இரா.சந்திரிகா - நீலகிரி, துரை.ராஜசேகரன் - பொள்ளாச்சி, கே.ராஜலக்ஷ்மி - நங்கநல்லூர், ஜெயஸ்ரீ சந்தானம் - பெங்களூரு, ஆர்.ஜெயஸ்ரீ - நவி மும்பை, லலிதா சுப்ரமணியம் - மணம்பூண்டி, பா.குணா - வயலூர், சொர்ணாம்பிகை - சேலம், பி.பாரதி - ஹூப்ளி, ஷீபா ஜோசப் - திருச்சி, ராதா நாயகம் - சென்னை, மதுரம் ராம்குமார் - ஸ்ரீரங்கம், ஜி.பிரேமா - திருக்கண்ணமங்கை, வளர்மதி மனோதாஸ் - கொட்டாரம், கே.சங்கரன் - ஆதம்பாக்கம், உஷா சுப்ரமணியம் - கும்பகோணம், துரை.சுப்ரமணியன் - அவிநாசி, என்.முருகன் - பத்தமடை, என்.பாலகிருஷ்ணன் - மதுரை, குலசை க.மீ.நஜ்முதீன் - காயல்பட்டினம், மு.மதிவாணன் - அரூர், ஜி.அப்துல் பாரி - பழனி, ஆர்.ஜி.காயத்ரி - திசையன்விளை, ஆர்.ராஜகோபாலன் - கொம்புக் கோட்டை, கே.ராஜலக்ஷ்மி - பரமத்திவேலூர், சகுந்தலா ராமமூர்த்தி - சென்னை, மங்கையர்கரசி - சென்னை, என்.ஆர்.வைத்தியநாதன் - சென்னை, பாமதி நாராயணன் - பெங்களூரு, வசந்தகோகிலம் - செம்பூர், கே.எஸ்.கிருஷ்ணவேணி - கும்பகோணம், எஸ்.துர்கா - சன்யாசிகுண்டு அஞ்சல், எஸ்.அம்புஜம் - ஸ்ரீரங்கம், அங்கையர்கன்னி சரத்சந்தர் - கோவா, ஜி.லதா - வாலாஜா, எஸ்.நாமகிரி லக்ஷ்மி - கிச்சிப்பாளையம், கலா மூர்த்தி - சென்னை, வே.ஷியாமளா ரமணி - செகந்திராபாத், எஸ்.தனலக்ஷ்மி - பெங்களூரு, பத்மா ராமமூர்த்தி - சென்னை, வி.ஸ்ரீ.அரவிந்தன் - தஞ்சாவூர், ஜி.கீதா - அம்மாப்பேட்டை, வரதராஜன் - தஞ்சாவூர், என்.கோகுலநாதன் - அம்மாப்பேட்டை, ஆர்.ஜி.மகாலக்ஷ்மி - சேலம், செந்தமிழ் ராமலிங்கம் - செம்பொன்னார் கோயில், எஸ்.வினோத் - அவிநாசி, சி.பிரேம் ரத்தினம் - கும்மிடிப்பூண்டி, பிரேமலதா - தானே, பிரமிளா ஸ்ரீபாதராஜன் - பழைய பெருங்களத்தூர் **இன்னும்... இன்னும்...**



எல்.மோகனசுந்தரி,
கிருஷ்ணகிரி

எனக்கு சிசேரியன் மூலம் குழந்தைப் பிறந்தது. மூன்று மாதங்கள் தொடர்ந்து ஓய்வில் இருந்ததில் வயிறு பெருத்துவிட்டது. அதற்குப் பிறகு உடற்பயிற்சி செய்தும், டயட்டில் இருந்தும் பார்த்துவிட்டேன். ஆனாலும் வயிறு குறைந்த பாடில்லை. இதனால் என் வயதும் அதிகமாக தோற்றமளிக்கிறது. இதற்கு என்ன தீர்வு?

டாக்டர் ராஜம் நடராஜன்,
மகப்பேறு மருத்துவ நிபுணர்

சிசேரியன் முடிந்து எவ்வளவு நாட்கள் ஆகின்றன என்று சொல்லவில்லையே. தவிர, உடற் பயிற்சியும், உணவுக்கட்டுப்பாடும் எத்தனை நாள் செய்தீர்கள் என்பதையும் குறிப்பிடவில்லை. பொதுவாக நம் நாட்டுப் பெண்கள் நார்மலாகவோ, அறுவை சிகிச்சை மூலமாகவோ பிரசவம் ஆன பின், வயிற்றுத் தசைகளுக்கு சரியான உடற்பயிற்சி தருவதில்லை. உணவு முறையிலும் கட்டுப்பாடு வைத்துக் கொள்வதில்லை. அப்படியே செய்தாலும் அதைத் தொடர்வதும் இல்லை. பெண்களுக்கு இயற்கையாகவே வயிற்றுப் பகுதியில் கொழுப்பு சேரும். நீங்கள் தொடர்ந்து உணவு கட்டுப்பாடு, மற்றும் தகுந்த உடற் பயிற்சியாளரின் ஆலோசனையோடு உடற் பயிற்சி செய்யுங்கள்.

மெடிக்கல்



சுலோசனா சம்பத், கோயம்புத்தூ

கடந்த ஆறு வருடங்களாகவே நா. தூக்கம் வராமல் தவித்துக் கொண்டிரு தேன். தற்போது நரம்பியல் மருத்துவ எழுதிக் கொடுத்த எலிவெல் (Eliwell) மி.கி., எபிட்ரிலோ (Epitrilo)5மி. மாத்திரைகளை தவறாமல் தொடர்ந் போட்டுக் கொண்டு வருகிறே மாத்திரைகள் போடாமல் நிறுத்திவி டால் முற்றிலுமாகவே தூக்கம் வ வதில்லை. மாத்திரைகளைத் தொடர்ந்து உபயோகிப்பதால் உடல் நிலை பாதிக்குமா? இயற்கையாக தூக்கம் வர என்ன வழி?



டாக்டர் ஏ.வி.ஸ்ரீநிவாஸன்
நரம்பியல் நிபுணர்:

உங்கள் மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி எலிவெல் மாத்திரை, தொடர்ந்து ஆறு

வி.எஸ்.மோகன்,
மதுரை

என் வயது அறுப தேழு. கடந்த இருபத்து ஐந்து வருடங்களாக இரத்த அழுத்தம் இருக் கிறது. பதினெட்டு வருடங்களாக, குடும்ப மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி மருந்துகள் சாப்பிட்டு வந்தேன். தற் போது குடும்பச் சூழ்நிலை காரணமாக எனது பிள்ளைகளுடன் இருக்க ஊர் ஊராகச் செல்கிறேன். அப்போது அங்கு

ரதங்கள் சாப்பிட்டு வரலாம். அப்போது ரன் பலன் தெரியும். எபிட்ரிலோ ரத்திரைகளை உட்கொள்வதால் உடல் லை பாதிப்பு பெரிதாக ஏற்பட்டு ிடாது. ஆனாலும் தொடர்ந்து மாத்திரை ளின் மூலமே தூக்கம் வரவைப்பதைத் விர்ப்பது நல்லது. இயற்கையான முறை)ல் தூங்க முயற்சி செய்யுங்கள். அதற்கு)ரண்டு பயிற்சிகள் உண்டு.

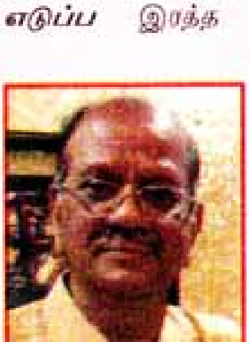
முதல் பயிற்சி: வயிற்றின் மேல் இரு கைகளையும் வைத்து உடலைத் தளர்த்தி ஆழ்ந்து மூச்சு விடவேண்டும். மூச்சை ள்ளிழுத்து வெளியிடும்போது கைகள் யர்ந்தும் தாழ்ந்தும் அசையும் அல்லவா, அந்த அசைவுகளை மட்டும் அமைதியாக ணர்ந்து உள் வாங்கிக் கொள்ள வேண்டும். இதுபோல் பத்து முதல் இருபது முறை வரை செய்தால் தூக்கம் வரும்.



இரண்டாவது பயிற்சி: இடது நாசி வழியாக (வலது நாசியை ஒரு கையால் மூடவும்) முதலில் மூச்சை வெளியிட்டு பின் நிதான மாக மூச்சை உள்ளிழுக்கவேண்டும். இதுவும் சாதாரணமாக மூச்சு விடுகிறார் போல செய்தால் போதும். பின்னர் வலது நாசியில் (இடது நாசியை ஒரு கையால் மூடவும்) மூச்சை முதலில் வெளியிட்டு பின் உள்ளிழுக்கவேண்டும். இந்தப் பயிற்சியையும் பத்து முதல் இருபது வரை யிலான எண்ணிக்கை வரை செய்தால் நன்றாகத் தூக்கம் வரும்.

ருக்கும் மருத்துவர்கள் சொல்லும் மாத்திரைகளைப் போட்டுக் கொள் கிறேன். மாத்திரைகளை மாற்றி எடுப்ப தால் பாதிப்பு ஏற்படும் என்கிறார்களே?

எம்.பி.ரகு, பொது மருத்துவ நிபுணர்



வயதானால் ரத்த அழுத்தம் சிறிது அதிகரிக்கலாம். மற்றபடி நம் உணவுப் பழக்கம், உடற் பயிற்சியின்மை, அதிகமாக உணர்ச்சிவசப்படுதல், மது அருந்துவது இப்படி பல காரணங்களால் ரத்த அழுத்தம் அதிகரிக்கும். பொதுவாக இரத்த அழுத்தத்துக்கு மருத்துவர்கள் சொல்லும் மருந்துகளில் அதிக வித்தியாசம் இருக்காது. ஆனாலும் ஒரே மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி மருந்துகள் சாப்பிடுவது தான் நல்லது. நீங்கள் உப்பைக் குறைத்து, உடற்பயிற்சி செய்தாலே ரத்த அழுத்தம் கட்டுப்பாட்டில் இருக் கும்.



ஜொலிக்கிறாங்க

பேராசிரியர் சாந்

உங்கள் சமுதாயப் பணியின் முக்கிய சாதனை எது

இளைஞர் செஞ்சிலுவை சங்கத்தில், பேர்ல்சிட்
ரோட்டரி கிளப்பில், நிறைய இளைஞர்களைப் பணியாற்ற
செய்ததுதான்.

சிறுவயது முதலே எனக்கு சமூகத்தின் மீது பெரிய காதல்
உண்டு. தாய்மையின் அன்பையும் அரவணைப்பையு
பிறருக்குச் செய்யும் சேவையிலேயே உணர முடியும் என்
நம்பிக்கை உள்ளவள்நான். ஆசிரியப்பணியே அறப்பண
என்று சொல்வார்கள். படித்து முடித்ததும் ஏபி.சி
மகாலக்ஷ்மி மகளிர் கல்லூரியில் பேராசிரி
ராகப் பொறுப்பேற்றேன். படிப்படியா
பல்வேறு பொறுப்புகள். ஆனால் ஒவ்வொ
பொறுப்பிலும் நான் இருக்கிறேன் என்பதை
விட என் பின்னால் மாணவர்கள் இருக்கிறார்கள்
என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.

ரெட் கிராஸ் மற்றும் ரோட்டரி கிளப் மூலமாக
உயிர்காக்கும் மருத்துவச் சேவை செய்து வரு
கிறோம். எங்கள் கல்லூரி மாணவர்கள், மாநி
லத்திலேயே முதன்முதலாக, பத்தாயிரத்துக்
கும் அதிகமானவர்களை இரத்ததான அமைப்பில்
இணைத்திருக்கிறார்கள். ஊனமுற்றவர்களுக்காக, இதுவரை
நான்கு இலட்சம் மதிப்புள்ள கருவிகளை வாங்கிக் கொடுத்
திருக்கிறோம். இதுதவிர கிராமங்களில் மருத்துவ முகாம்கள்
அரசு மருத்துவமனைகளில் நோயாளிகளுக்கு உதவுதல்
பிளாஸ்டிக் ஒழிப்பு விழிப்புணர்வு, கழிப்பறை அமைக்க
ஏற்பாடு செய்தல், கிராமங்களைத் தத்தெடுத்தல் என்று
எங்களது பணிகள் ஒவ்வொன்றும் தொடர்ந்து
பட்டியலில் இடம்பிடித்துக் கொண்டிருக்கின்றன.
அதை நிறைவேற்றத்தான் இருபத்து நான்கு
மணி நேரம் போதவில்லை.





ரூ. 5,000 பரிசு சுற்றுலா போட்டி-1 பரிசுபெறும் அதிர்ஷ்டசாலிகள்!

1. சாந்தி லட்சுமணன், கோவை
2. கிரிஜா ராமசாமி, செம்பூர்
3. டி.நிர்மலா, மதுரை
4. எஸ்.கௌதம், தேவூர்
5. ஜி.மஞ்சுளா, வாணியம்பாடி
6. ஜெ.மோகன்பால், நவி மும்பை
7. எஸ்.சாந்தி, பாண்டிச்சேரி
8. பி.ஜெயலக்ஷ்மி, மைசூர்
9. ஆர்.லலிதா, பெங்களூரு
10. விஜி முரளி, சென்னை
11. சசி கார்த்திகேயன், பெங்களூரு
12. எஸ்.மமதி, மதுரை
13. பானு பெரியதம்பி, சேலம்
14. டி.டி.கல்யாணி, சென்னை-61
15. வி.மீனாக்ஷி, சித்தூர்
16. விஜயஸ்ரீ, பெங்களூரு
17. பத்ம சிவாஜி, மாரியம்மன்கோயில்
18. சுரேஷ் ராஜாமணி, மும்பை
19. எஸ்.கல்யாணி, பெங்களூரு
20. மா.அருணா, சின்னமனூர்

பிப்ரவரி 2010ல் வெளியான சுற்றுலா போட்டி-1 விடைகள்

1.கர்நாடகா 2.இத்தாலி 3.அனுமன் 4. ஆலப்புழா 5.கஜுராஹோ 6.மிருகக்காட்சி சாலை 7. பங்களாதேஷ் 8. சவுதி அரேபியா 9.எழும்பூர் 10. கல்லறை

வெளியூர் செல்லும்போது லக்கேஜ் பையின் அடியில் பெரிய பிளாஸ்டிக் கவரை விரித்து, பிறகு துணிகளை அடுக்கவும். ரயில் அல்லது பேருந்தில் கீழே தவறுதலாக தண்ணீர் சிந்திவிட்டாலும் துணிகள் நனையாமல் இருக்கும்.

– ஆர்த்தி, மைலாப்பூர்

வயிற்றுப் போக்கால் அவதிப்படுகிறீர்களா? ஒரு டீஸ்பூன் டீத்தூளை, அரைத் தம்ளர் நீரில் போட்டு நன்றாகக் கொதிக்க வைத்து, அதனுடன் சிறிது எலுமிச்சைச் சாறு கலந்து குடித்தால், உடனடி நிவாரணம் கிடைக்கும்.

– எஸ்.விஜயலக்ஷ்மி, ஈரோடு

சமீபத்தில் சென்ற ஒரு திருமண விழாவில், உணவுப் பந்தியின் போது இனிப்பை சின்ன கவரில் வைத்துப் பரிமாறினார்கள். இனிப்பு சாப்பிடாதவர்கள், அதை வீணாக்காமல் எடுத்து சென்றனர். இதை மற்றவர்களும் பின்பற்றலாமே?

– வி.புவனேஸ்வரி, சென்னை



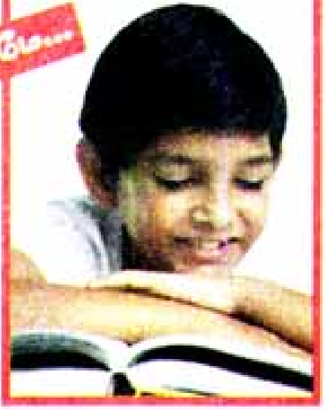
இவை எல்லாமே ஆஹா 50 தான்!

பீர்க்கங்காய், சௌசௌ காய்களின் தோலை நன்றாக வதக்கவும். அதனுடன் உப்பு, காரம் சேர்த்து துவையல் செய்தால் மிகவும் ருசியாக இருக்கும். இது பித்தத்திற்கும் நல்லது.

– கே.ரேகா, தேனி

பருப்பு கலந்த சத்துணவு, இலவச சைக்கிள், கல்விக் கட்டணச் சலுகைகள், அறிவுப் பூர்வ கல்வி அப்பப்பா இன்றைய கல்வி ஏற்றமே!

- எம்.ஹெச்.உஷா, பரமக்குடி



இருபது, முப்பது ஆண்டுகளுக்கு முன் பள்ளியில் படிக்கும் குழந்தைகளிடம் விளையாட்டுத்தனம் தான் அதிகமிருக்கும். தற்கால மாணவ மாணவிகளிடம் பொறுப்பும் அதிகமிருக்கிறது என்பதை மறுக்க முடியாது. அதற்குக் காரணம் இன்றைய கல்விச் சூழல்தானே?

- வேதாம்பாள் ஆத்மநாதன், புதுச்சேரி

வருங்காலத்தை எதி நோக்கி முதலாம் வகுப் லிருந்தே கொடுக்கப்படு கணினி குறித்த பாடத்தா குழந்தைகளின் அறிவு விரி டைகிறது. இந்தக் கல் முறையால்தான் உலகளவி நடைபெறும் போட்டிகளி கலந்து கொண்டு இந் யாவின் பெயரை நிலைநாட் முடிகிறது.

- வி.எஸ்.மோகன், பழங்கானத்த

கல்வியின் முதல் படியிலேயே கைவிரல்கள், கணினியில் நடனமாடு கின்றன. குழந்தைகள் பள்ளி விண்ணப்பா கள், வங்கி வரைவோலை, காசோலை

இன்றைய கல்வி மு

ஏற்றமா?

‘மங்கையர் மலர்’ வாசகர்களிடமிருந்த வந்தி(குவிந்தி)ருக்கும் கடிதங்கள் இந்த பிரச்னையின் தீவிரத்தை வெவ்வேறு தளங்களில் நமக்கு உணர்த்துகின்றன. இன்றைய கல்வி முறையை ஏமாற்றமாகக் கருதும் வாசகர்கள் பாடச்சுமை மற்றும் மனப்பாடக் கல்வியைக் கடுமையாக எதிர்ப்பதை உணர முடிகிறது. இந்தக் கல்வி முறைக்கு ஆதரவாகக் குரல் கொடுப்பவர்கள், இந்தக் கல்வி அமைப்பிலிருந்து தானே இந்த



வந்து குவிந்த கடிதங்களைப் படித்து நடுவராக இருந்து, அருமையானத் தீர்ப்பு சொன்ன தமிழச்சி தங்கபாண்டியனுக்கு ஜே!

உலகின் சிறந்த நூறு பல்கலைக் கழகங்களின் பட்டியலில் இந்தியப் பல்கலைக் கழகத்தின் பெயர் ஒன்றுகூட இடம் பெறவில்லை. இதிலிருந்தே தெரியவில்லையா? நமது கல்விமுறை ஏமாற்றம்தான் என்று.

- கே.ராஜேஸ்வரி, திருச்சி

கல்வி நிலையங்களின் வணிக நோக்கம், இன்று மிக அதிகமாக உள்ளன. ஆசிரியர்களின் எண்ணிக்கை, அவர்களது ஆர்வம் குறைவாகதான் உள்ளது. இப்படிப்பட்ட சூழ்நிலையில் எப்படி ஒரு ஏற்றமான கல்வி முறையை அடைய முடியும்?

- பி.பத்மப்பிரியா,
திருவெண்காடு

பட்டப்படிப்பு முடித்தாலும் ஆங்கிலத்தில் பிழையின்றி பேச, ஒரு தனியார் பயிற்சி கூடத்தில் சேர்ந்தால்தான் உண்டு. குறைந்த பட்சம் ஒழுக்க நெறிமுறைகளையாவது, எளிமையான ஒரு கைத்தொழிலையாவது, இந்தக் கல்வி முறை கற்பிக்கிறதா, என்பது மில்லியன் டாலர் கேள்வி.

- கே. புஷ்பா, சேலம்



குழந்தைகளுக்கு ஏமாற்றமா?



நாட்டுக்குப் புகழ் சேர்த்த பல்வேறு சாதனையாளர்களும், மேதைகளும் உருவாகி வந்திருக்கின்றனர் என்ற வாதத்தை முன் வைத்திருக்கிறார்கள்.

கல்வி முறை என்பது ஒரு பாடத்திட்டம் சம்பந்தமான பிரச்னை மட்டுமல்ல... அது ஒரு நாட்டின் பண்பாடு, பொருளாதாரச் சூழல், சமூகச் சூழல் போன்ற பலவற்றுடனும் தொடர்புடைய ஒரு பிரச்னை. அந்த வகையில் பல்வேறு அம்சங்களைக் கணக்கில் எடுத்துக் கொண்டு நாம் புதிய தீர்வுகளைத் தேட வேண்டும்.

இன்று நடைமுறையில் இருக்கும் பொதுக் கல்வி முறையை நாம் முற்றாக நிராகரிக்க முடியாது. ஒருவருக்கு அடிப்படையில் தேவையான மொழி அறிவையும், சமூக அறிவையும் வழங்க கூடிய அம்சங்கள் இந்தக் கல்வி முறையில் உண்டு.

ஆனால், புதிய கல்விச் சிந்தனையும், புதிய சமூகச் சூழலும் நிலவுகிற இந்தக் காலகட்டத்தில் அதில் சீர்திருத்தங்களைக் கொண்டு வருவது தவிர்க்க இயலாததாகிவிடுகிறது.

ஒரு கல்வி அமைப்பு என்பது குழந்தையை மிகச் சிறந்த ஒரு மனிதனாக உருவாக்கும் பெரும் பொறுப்பைக் கொண்டிருக்கிறது. அந்த வகையில் நமது கல்வி அமைப்பு தனிமனிதனுடைய ஆளுமைத் திறமையை வளர்க்கக் கூடியதாக இல்லை என்பதுதான் உண்மை. சாதகமான குடும்பச்

போன்றவற்றை தாமாகவே நிரப்ப பயிற்சி பெற்றிருக்கிறார்கள். இன்றைய கல்வி முறை குழந்தைகளுக்கு மட்டுமல்ல; பெற்றோர் களுக்கும் ஏற்றம் தரும் கல்விதான்!

- கே.மகாலக்ஷ்மி, திண்டுக்கல்



கவசகுண்டலங்களோடு கண்ணன் பிறந்தானாம்! இப்போது பிறக்கும் குழந்தைகள் கணினி அறிவோடு பிறக்கிறார்கள். சுட்டிப் பருவத்திலேயே அத்தனைக் கெட்டித்தனம். அவர்களது அறிவின் வலிமைக்கு ஏற்றவாறு பாடத் திட்டங்களும் இருப்பதால் நிச்சயம் ஏற்றம்தான்!

- சு.சிநேகா, சென்னை



குழந்தைகளது அறிவுக்குத் தீனி போட்டு, உலகளவில் அவர்களுக்கு மதிப்பை தந்தாலும், சிறுவயதில் அவர்களுக்குக் கிடைக்க வேண்டிய இன்பங்களை இந்த காலக் கல்வி முறை சாப்பிட்டு, ஏப்பம் விடுகிறது! பெற்றோர்கள், குழந்தை களை சுதந்திரமாய் விடாமல், படி படி என்று சொல்ல வைக்கும் இந்தக் கல்வி எப்படி ஏற்றமாகும்?

- செந்தமிழ் ராமலிங்கம், தரங்கம்பாடி

வாழ்க்கைக் கல்வி, நடைமுறை நிகழ்வுகளைப் போதிக்காமல் மதிப்பெண்களையும் தேர்ச்சி சதவிகிதத்தையும் மட்டுமே மனத்தில் கொண்டு போதிக்கப்படும் இன்றைய கல்வி முறை குழந்தைகளுக்கு ஏமாற்றமே!

- எஸ். சுஜாதா சுரேஷ்குமார், தர்மபுரி

சூழல், பொருளாதாரச் சூழல், சில ஆசிரியர் களின் தனிப்பட்ட அக்கறை ஆகியவற்றால் விதிவிலக்காக ஒரு சிறு சதவிகிதத்தினர் தனித்திறமையுடன் உருவாகியிருக்கக் கூடும். ஆனால், நாம் பெரும்பான்மை யையே கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

நமது நாட்டில் கிராமப்புறங்களி லிருந்தும், பின்தங்கிய சமூகத்திலிருந்தும் வரக்கூடிய மாணவர்கள் பெரும்பாலும் சமூகத்தின் உயரிய பொறுப்புகளுக்குப் போட்டியிட முடியாதவர்களாகவே இருக் கிறார்கள். இதற்கு முதன்மையான கார ணம், அவர்களுடைய பலவீனமான கல்விச் சூழலே.

அரசு கல்விச் சூழலை மேம்படுத்துவதற் காக எண்ணற்ற முன் முயற்சிகளை எடுத்து வருகிறது. இருந்தபோதும் போதுமான அடிப்படை வசதிகள் இல்லாததாலும், அதிகப்படியான மாணவர் சேர்க்கையாலும் நமது பொதுக்கல்வி அமைப்பு பல்வேறு இடர்பாடுகளைச் சந்தித்து வருகிறது. கணிசமான ஆசிரியர்கள், தங்கள் பணியில் காட்டும் பொறுப்பின்மை, ஒரு தலை முறையினர் வளர்ச்சிக்கே பாதகம் செய் கிறது.

இந்தச் சூழலில் நாம் ஏற்கெனவே நிலவுகிற பொதுக்கல்வி முறையை உடனடியாக கைவிடாமல், புதிய கல்விச் சிந்தனைகளுடன் சில மாற்றங்களை மட்டும் கொண்டுவர அரசு முயற்சித்துக் கொண்டிருக்கிறது. அது மேலும் தொடர வேண்டும். அப்போதுதான் இம்மாற்றங் களைக் கொண்ட கல்விமுறை இனிவரும் காலத்தில் குழந்தைகளுக்கு ஏற்றமாக அமையும்.

ஜொலிக்கிறாங்க!

சிந்துஜா





ஒவ்வொரு போட்டியின் போதும் அடுத்த முறை இன்னும் கொஞ்சம் அதிக தூரம் வீசி விடவேண்டும், இந்தப் போட்டி களின் முந்தைய வெற்றிகளை முறியடிக்க வேண்டும் என்றுதான் உறுதி எடுத்துக் கொள்வேன்.

ஆறாம் வகுப்பு படிக்கும்போது ஆர்வமில்லாமல்தான், நான் விளையாட்டு போட்டிகளில் கலந்து கொண்டேன். ஆனால், மற்றவர்களைவிட குண்டு எறிதலில் நான் நல்ல ரெக்கார்ட் ஏற்படுத்தியதால், என் உடற் கல்வி ஆசிரியர் சுரேஷ், எனக்கு ஊக்கமும் பயிற்சியும் அளித்தார். நாளடைவில் எனக்கும் இந்த விளையாட்டின் மீது ஆர்வம் வந்தது.

ஆனால், வெற்றி பெற வேண்டும் என்ற மன உறுதி, எனது கல்லூரி(கோயமுத்தூர் இன்ஸ்டிட்டியூட் ஆஃப் டெக்னாலஜி)க்குள் நுழைந்த பிறகுதான் ஏற்பட்டது. என் கல்லூரி கொடுத்த ஊக்கம், உதவியால் என் முன்னேற் றம் உயரங்களை நோக்கிச் சென்றது. குண்டு எறிதல் போட்டியைத் தொடர்ந்து, தட்டு எறிதல், ஈட்டி எறிதல் போட்டிகளிலும் கலந்துகொண்டு பதக்கங்களை பெற்றேன். எனக்குப் பயிற்சி தந்த நந்தகுமார் "குண்டு எறிதல் போட்டியில் மட்டுமே உன் கவனம் இருக்க வேண்டும்" என்று பயிற்சியளித்தார்.

2006ம் ஆண்டு அரியானா மாநிலத்தில் நடை பெற்ற, தேசிய தடகள போட்டிகளில், குண்டு எறிதலில் முதன்முறையாக தங்கப் பதக்கம் வென்றேன். இதுவரை 93 தங்கப் பதக்கங்கள், 14 வெள்ளிப் பதக்கங்கள், 11 வெண்கலப் பதக்கங்கள் வென்றி ருக்கிறேன்.

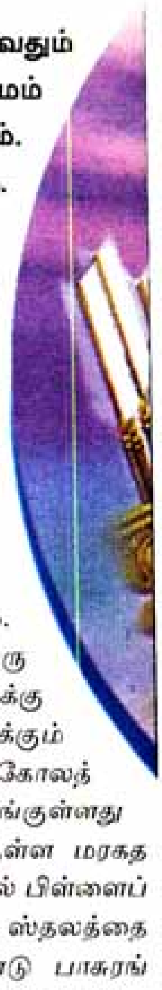
ஒலிம்பிக் மற்றும் காமன் வெல்த் போட்டிகளில் தங்கப் பதக்கங்கள் வாங்கும்வரை இந்த உறுதி இருக்கும்.

ராமா! கல்யாண ராமா

'ஸ்ரீராம ராமேதி ரமே ராமே மனோரமே

ஸஹஸ்ரநாம தஸ்துல்யம் ராம நாம வரானனே'

- என்ற இந்த வரிகளைச் சொன்னாலே, நாம் ஸஹஸ்ரநாமம் முழுவதும் சொன்ன பலனாகும் (மூன்று முறை சொல்ல வேண்டும்). ராம நாமம் ஜெபிக்க யமபயம் அகலும். நமக்கு எல்லா நன்மைகளும் பயக்கும். இனி நாம் ராமர் எழுந்தருளியிருக்கும் ஸ்தலங்கள் சிலவற்றைக் காணலாம்.



திருஅயோத்தி:

இந்த திவ்ய ஸ்தலம், வடநாட்டில் உள்ளது. முக்தி தரும் ஏழு ஸ்தலங்களில் ஒன்றான இது ஸ்ரீராமரின் அவதார இடம். இந்தத் திவ்ய தேசத்தை பெரியாழ்வார், குலசேகர ஆழ்வார், தொண்டரடிப் பொடியாழ்வார், நம்மாழ்வார், திருமங்கையாழ்வார் போன்றோர் மங்களாசாஸனம் செய்துள்ளனர்.

திருபுள்ளம் பூதங்குடி:

கும்பகோணத்துக்கு பக்கத்திலுள்ள சுவாமி மலைக்கு, சுமார் நான்கைந்து கி.மீட்டர் தூரத்திலுள்ளது. திருமங்கையாழ்வார் மூன்று பாசுரங்களால் மங்களாசாஸனம் செய்துள்ளார். ஸ்ரீராமன் ஜடாயுவுக்கு, மோக்ஷம் அளித்த பிறகு சிரம பரிஹாரம் செய்து கொள்ளும் நிலையில் கோயில் கொண்டதாகக் கூறப்படுகிறது. இங்கு ராமனுக்கு சதுர்புஜங்கள் உள்ளன.

திருவெள்ளியங்குடி:

இந்த திவ்ய தேசத்துக்கு கும்பகோணம் அருகில் சேங்கனூரில் இறங்கி, ஒரு கி.மீ. தூரம் போக வேண்டும். திருமங்கையாழ்வாரால் மங்களாசாஸனம் செய்யப்பட்டது. இக்கோயிலை சேவித்தால் 108 திவ்ய தேசங்களையும் சேவித்த பலன் தரும். இங்குள்ள மூலவர் கோலவில்லி ராமனாவார். இங்குள்ள கருடாழ்வார் கரங்களில் சங்கு, சக்கரம் உண்டு.

திருபுட்குழி:

சென்னை - வேலூர் சாலையில் 'வெள்ளை கேட்' எனச் சொல்லப்படும் லெவல் கிராஸைத் தாண்டி, வலது பக்கத்தில் செல்ல வேண்டும். மூலவர் விஜயராகவப் பெருமாள். ஜடாயு வேண்டுதலுக்கு இணங்கி பரமபதத்தில் இருக்கும் நிலையில் வீற்றிருந்த திருக்கோலத்தில் காட்சியளிக்கிறார். இங்குள்ளது ஜடாயு தீர்த்தமாகும். இங்குள்ள மரகதவல்லித் தாயாரை தரிசிப்பதால் பிள்ளைப் பேறு கிட்டும். இந்த ஸ்தலத்தை திருமங்கையாழ்வார், இரண்டு பாசுரங்களால் மங்களாசாஸனம் செய்துள்ளார்.

திருப்புல்லாணி:

இந்த திவ்ய தேசத்துக்கு ராமநாதபுரத்திலிருந்து பேருந்தில் செல்லலாம். சேதுக் கரையில் சமுத்திர ஸ்நானம் விசேஷம். இக் கோயிலில் ராமர் தர்ப்ப சயன கோலத்தில் எழுந்தருளியிருக்க, லக்ஷ்மணன் ஆதிசேஷனாக நின்று கைங்கர்யம் செய்கிறார். குழந்தைப் பேறு வேண்டு

காருண்ய ராமா!

மார்ச் 24
ஸ்ரீ ராம நவமி



வோர் இங்குள்ள தேவிப்பட்டணத்தில் நவக்ரஹ சாந்தி செய்து கொள்வது வழக்கம். இந்த ஸ்தலத்தை திருமங்கையாழ்வார் 21 பாசுரங்களால் மங்களாசாஸனம் செய்துள்ளார்.

பத்ராசலம்:

இங்கு ராமர் நின்ற திருக்கோலத்தில் அருள்பாலிக்கிறார். இவரைப் போற்றி கவிராமதாஸர் பல பாடல்களைப் பாடியுள்ளார். இவர் பக்தராமதாஸுக்கு பிரத்யக்ஷமானவர். ஹைதராபாத் நிஜாமுக்கும் காட்சி நல்கியவர். இது ஒரு புராண ஸ்தலம். இந்த ஊர், காஜிபெட் - ஹைதராபாத் ரயில் மார்க்கத்தில் உள்ளது.

வடுவூர்:

தஞ்சை - மன்னார்குடி மார்க்கத்தில் உள்ளது. இங்கு கோதண்டராமனாக சீதா, லக்ஷ்மணன், ஹனுமான் சமேதமாகக் காட்சி தருகிறார். இவர் கண்வ மகரிஷி, குலசேகர ஆழ்வாருக்குப் பிரத்யக்ஷமானவர்.

மதுராந்தகம்:

இந்த அபிமான ஸ்தலத்தில் ஏரிகாத்த ராமராக ஜனகவல்லித் தாயாருடன் காட்சியளிக்கிறார். ஒரு சமயம் இவ்வூரில் வெள்ளம் வந்தபோது ஏரியின் ஜலம் ஊருக்குள் புகாமல், ராம லக்ஷ்மணர் காவல் காத்ததால் இவ்வூருக்கு ஏரிகாத்த ராமர் என்ற பெயர் வந்தது. இக்காட்சியை ஆங்கிலேயர்களே கண்ணாரக் கண்டதாக வரலாறு.

- பிரமோ சேஷாத்ரி,
பெங்களூரு



ஜொலிக்கிறாங்க!

வழக்கறிஞர் சுதா ராமலிங்கம்

இன்றைய சமுதாயத்தில் உங்கள் கவலையெல்லாம் யாரைப் பற்றியது?

இன்று திருமண விவாகரத்துகள் அதிகமாகிவிட்டன. ஒத்துப் போகாத கணவனுக்கும், மனைவிக்கும் விவாகரத்துக்குப் பிறகும் நீயா, நானா என்ற ஈகோ குறைவதில்லை.

குழந்தை, யாரிடம் வளர வேண்டும் என்பதை நிர்ணயிக்கும் நீதிமன்றம், அடுத்தவருக்கு 'விசிடிங் உரிமை'யை அளிக்கிறது. அப்போதுதான் பிரச்னையின் புதிய அத்தியாயம் ஆரம்பமாகிறது. கணவன், குழந்தை தன்னிடம் இருக்கும்போது அதன் தாயைப் பற்றி தவறான கருத்துக்களைச் சொல்லி, அம்மா ஒரு மனுஷியே இல்லை போன்றதோர் இமேஜை உருவாக்குகிறார். குழந்தை, தாயிடம் இருக்கும் சமயத்தில், தன் முன்னாள் கணவனை ஒரு வில்லனாகவே சித்திரிப்பாள். இரண்டுபேர் சொல்வதையும் கேட்கிற குழந்தை, தன் பெற்றோர்கள் இத்தனை மோசமானவர்களா என்று குழம்பிப்போகும்.

இன்னொரு வகை உண்டு. குழந்தையின் அப்பா, அம்மா இருவரும் தான்தான் குழந்தையின் மீது அக்கறை கொண்டவர் என்று காட்டிக் கொள்ள அதன் மீது (செயற்கையாக) அன்பைப் பொழிவார்கள். அதைக் குஷிப்படுத்த எதையும் செய்வார்கள். இப்படி அதிக செல்லம் கொடுத்து வளர்க்கப்படும் குழந்தையின் எதிர்காலம் பாழாகிவிடும்.

என் கோரிக்கையெல்லாம் விவாகரத்தான தம்பதியரே! உங்களது குழந்தையின் நலன் கருதி, பொறுப்புணர்வுடன் நடந்து கொள்ளுங்கள் என்பதுதான்.



என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

அடுத்த இதழ்...

சித்திரைச் சிறப்பிதழாக மலர்கிறது!



லக்ஷ்மி ராஜரத்னம் எழுதும்



அழகன் முருகனிடம்...

கந்தவேள் பக்தி உலா ஆரம்பம்!

உங்கள் அபிமான குட்டி புக்கில்

டாக்டர் எஸ்.வெங்கடரமணி

வழங்கும்



மழலைச் செல்வம் 64!

உங்கள் சேவையில் 22-ம் வருடம்

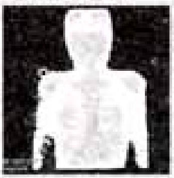
கேன்ஸர் நோயா?



Dr. K. Sri Sridar

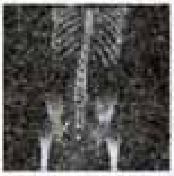
• கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.

ஹெர்பல் ஆன்காலஜியோடு மெடிக்கல் ஆன்காலஜி, சர்ஜிகல் ஆன்காலஜி, ரேடியோ தெரபி அனைத்தும் குருபாலாவில்.



10-02-2009
CT Scan findings consistent with multiple skeletal mets from Ewing's Sarcoma.

14- வயது பெண்ணுக்கு இடுப்பு பகுதியில் ஏற்பட்ட Pelvic PNET புற்றுநோய் எலும்புகளில் பரவியதை காட்டும் CT ஸ்கேன் படம்.



01-08-2009
Absence of Viable Tumour

டாக்டர்கள் கைவிட்ட நிலையில் 29.04.09 அன்று ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சை துவங்கி மூன்று மாதங்களில் ஆச்சர்யமான முறையில் புற்றுநோய் முற்றிலும் குணமானதை காட்டும் PET SCAN.



04-09-2009
No Focus abnormally increased FDG uptake to suggest metabolically active disease on the present study.

சந்தேகத்திற்கு இடம் கொடுக்கக்கூடாது என்பதற்காக டாக்டர் கே. ஸ்ரீ. ஸ்ரீதர் அவர்களின் அறிவுரைப்படி மும்பை டாடா மெமோரியல் மருத்துவமனையில் ஒரு மாத இடைவெளியில் மீண்டும் எடுத்த PET SCAN படம் புற்றுநோய் முற்றிலும் குணமானதை காட்டுகிறது.

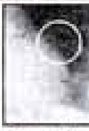
CA. BREAST TO LUNGS (மார்பக புற்றிலிருந்து நுரையீரல் புற்றுநோய்)



Before Treatment
NODULAR OPACITIES SEEN IN BOTH LUNG FIELDS METASTATIC DEPOSITS

Chest X-ray *Date: 08.06.05*

சென்னையை சேர்ந்த 43 வயது பெண்மணிக்கு மார்பகத்திலிருந்து நுரையீரலுக்கு பரவிய புற்றுநோய் ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சைக்குப்பின் எடுத்த டெஸ்டில் புற்றுநோய் இல்லை என்பதை காட்டும் X-ray படம்.



After 68 days Herbal Oncology
NORMAL STUDY

Chest X-ray *Date: 09.0?.05*

கை விடப்பட்ட கேன்ஸரா ? கவலை வேண்டாம்

GBM, CA. Oesophagus, Lung, Liver, Cervix, Bone, Prostate, Rectum, Ependymoma, Astro cytoma, Glioma, AML, CML போன்ற அனைத்து வகை [illegible] Herbal Oncology [illegible] டாக்டர் கே. ஸ்ரீ ஸ்ரீதர் [illegible] Herbal Oncology [illegible]

கேன்சர் என்று தெரிந்தவுடனே நோயாளியை நேரில் அழைத்து வாருங்கள். முறையாக ஒருங்கிணைந்த கேன்சர் சிகிச்சையை பெறுங்கள்.

Royale Apartment, 6, Mannar Reddy Street,
(Opp. Street to T.Nagar Bus Terminus)
T.Nagar, (Next to Krishnaveni Theatre),
Chennai - 600 017.
Weekdays : 10.00 am to 5.30 pm, Sunday Holiday
Clinic: Ph: 044-24339596, 24363835
Cell: 99400 58809

NO
METALS
MERCURY
STEROID
POISON

PURE HERBS BRING MIRACLE

Gurubalaa™ Clinic™

Speciality Clinic for Herbal Oncology and Asthma

Treatment given by Qualified & Experienced Doctors.

We have no branches


vanessa
வழங்கும்
எக்ஸ்ட்ரா
சப்போர்ட் ப்ரா -
Razz
100% சாட்டின் வீவ் காட்டன் இருப்பதால் மிகவும் மிருதுவாக இருக்கும்
கூடுதல் தையல்கள் போடப்பட்டு லைனிங் இருப்பதால் அதிக சப்போர்ட்
A, B, C மூன்று கப் அளவுகளில் கிடைக்கும்
இவை அனைத்தும் சேர்ந்து ராஸ் ப்ராக்களை ஒவ்வொரு பெண்ணின் மனதுக்குப் பிடித்த தேர்வாக மாற்றி விடுகிறது.
Saasy
Tulip
Sweet Dreams
Maitri.com
Rs.10/-
V-Star
vanessa
inner style for women
ப்ரா, பேன்டி மற்றும் கமிசோல்
Tamil Nadu Dealers: Chennai: T Nagar: Ponsinghgarments, Welcome No 1 Bra, Rajinisilks. Pondybazaar: Srishty, Fathimaplaza, Poonam. Luz: Hari Agencies, K.K.Garments. K.K.Nagar: Cotton City. Adayar: 21st Century. Valasaravakkam: Sri Kaligambal. Nanganaloor: Sri Krishna. Pallavaram: Lal Fancy. Seliyur: Santhosh Tex. Vellore: Bombay Tex, Sumangali, Miss & Mrs. Salem: Lakshminarayana, Kumaran Traders, Amoha Silks. Erode: Bala Silks, Srinivi, Taj Innerwear. Tirupur: Murugan Matchings. Coimbatore: Meyyappa, Ourlittlebaby, Kanthasamy Lingery, Srimurugantex, Grandbazaar, Myshoppee, Mayuka Collections. Mettupalayam: The Gallery. Madurai: Selvaraj Bros, Urvasi. Tirunalveli: Poomam, Secret Choice. Karaikudi: Srilakshmi, Aiyyappas.
V-Star Creations PVT Ltd., Mettupalayam Road, Sai Baba Mission Post, Coimbatore - 641 043. Visit us at www.vstarcreations.in E-mail: reception@vstarcreations.in
AVAILABLE AT ALL LEADING SHOWROOMS IN KARNATAKA, GOA, KERALA, I.N.C.S. KOCHI &
For dealership enquiries: Tamil Nadu: 94870 75260, 94444 13723, Karnataka & Goa: 93412 16622, Kerala: 97442 00221

Registered with the ... of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN/CC(S)DN/170/09-11 · Licensed to post without ... under PMG's Licence ... WPP TN/CC(S)DN/103/09-11 · Registered as a Newspaper in Srilanka



த்தகம்-2 என்றும் உங்களுடன் மார்ச் 2010

மங்கையர் மலர்

திருமணமலர்



மணமக்கள்
பவித்ரா - முரளிதரன்

ஒரு சின்னத் தாமரை...
என் கண்ணில் பூத்ததே..

சம்பிரதாயம்



அருந்ததி பார்ப்பது ஏன்?

திருமணமான புதுத் தம்பதிகள், பின்னிரவில் அருந்ததி பார்க்க வேண்டும் என்ற சம்பிரதாயம் இன்றைக்கும் வழக்கத்தில் உள்ளது.

வசிஷ்ட முனிவரின் மனைவி அருந்ததி. ஒரு சமயம் தேவேந்திரன், அருந்ததியிடம் வந்து, ''ஒரு குடம் கொண்டு வா. குளத்தில் இருந்தோ, கிணற்றில் இருந்தோ நீர் எடுக்காமல், குடத்தில் நீர் நிரப்பிக் காண்பிக்கிறேன்'' என்றான். அருந்ததி, அவன் சொன்ன படியே குடம் கொண்டு வந்தாள்.

தேவேந்திரன், சிறிது நேரம் தியானம் செய்து விட்டுக் குடத்தைப் பார்த்தான். குடத்தில் கால் பாகம் நீர் நிரம்பியிருந்தது. பிறகு வாயுதேவன் வந்து தியானம் செய்தான். அடுத்த கால்பாகம் நீரை மட்டுமே நிரப்ப முடிந்தது. எஞ்சிய அரைக் குடத்தை நிரப்பித் தருவதாகக்கூறி அருந்ததி, தியானம் செய்யத் தொடங்கினாள். சிறிது நேரத்தில் குடம் முழுவதும் நீரால் நிரம்பியது.

இதைக் கண்டு தேவேந்திரன், ஆச்சரியமடைந்தான். ''தேவர்களால் கூட முடியாத காரியத்தை உன்னால் எப்படி செய்ய முடிந்தது?'' என்று கேட்டான். அருந்ததி, ''என் கணவரை நினைத்து தியானம் செய்ததால்தான் அது சாத்தியமானது'' என்று கூறினாள்.

தேவர்கள் எல்லோரும், அவளுடைய கற்பின் பெருமையை உலகுக்கு உணர்த்த வேண்டியே நட்சத்திரமாகப் பிறக்கும்படி செய்தனர். அது முதல் திருமணம் முடித்த தம்பதியர், கற்புக்கரசியாக விளங்க வேண்டி, அருந்ததி பார்ப்பது என்ற பழக்கம் ஏற்பட்டது.

நன்றி : **'ஆன்மிகத் தகவல்கள்'**

தகவல்: **சதாசிவன், சென்னை**



வேதத்தின் பொருளை எல்லோரும் புரிந்து கொள்ளும்படி பதினெட்டுப் புராணங்களாக வேதவியாசர், எழுதி வைத்துள்ளார். அதில் ஒன்றுதான் தேவி பாகவதம். தேவியின் மகிமைகளை விளக்கும் ஸ்லோகங்களைச் சொல்லி பூஜித்தால், எல்லா இன்பங்களும் வந்து சேரும்.

- கோமளா நாராயணன், சென்னை-78

-2 என்றும் உங்களுடன் மார்ச் 2010

மங்கையர் மலர்

திருமண மலர்

மணமக்கள்
பவித்ரா - முரளிதரன்



ஒரு சின்னத் தாமரை...
என் கண்ணில் பூத்ததே...



அருந்ததி பார்ப்பது ஏன்?

திருமணமான புதுத் தம்பதிகள், பின்னிரவில் அருந்ததி பார்க்க வேண்டும் என்ற சம்பிரதாயம் இன்றைக்கும் வழக்கத்தில் உள்ளது.

வசிஷ்ட முனிவரின் மனைவி அருந்ததி. ஒரு சமயம் தேவேந்திரன், அருந்ததியிடம் வந்து, "ஒரு குடம் கொண்டு வா. குளத்தில் இருந்தோ, கிணற்றில் இருந்தோ நீர் எடுக்காமல், குடத்தில் நீர் நிரப்பிக் காண்பிக்கிறேன்" என்றான். அருந்ததி, அவன் சொன்னபடியே குடம் கொண்டு வந்தாள்.

தேவேந்திரன், சிறிது நேரம் தியானம் செய்து விட்டுக் குடத்தைப் பார்த்தான். குடத்தில் கால் பாகம் நீர் நிரம்பியிருந்தது. பிறகு வாயுதேவன் வந்து தியானம் செய்தான். அடுத்த கால்பாகம் நீரை மட்டுமே நிரப்ப முடிந்தது. எஞ்சிய அரைக் குடத்தை நிரப்பித் தருவதாகக்கூறி அருந்ததி, தியானம் செய்யத் தொடங்கினாள். சிறிது நேரத்தில் குடம் முழுவதும் நீரால் நிரம்பியது.

இதைக் கண்டு தேவேந்திரன், ஆச்சரியமடைந்தான். "தேவர்களால் கூட முடியாத காரியத்தை உன்னால் எப்படி செய்ய முடிந்தது?" என்று கேட்டான். அருந்ததி, "என் கணவரை நினைத்து தியானம் செய்ததால்தான் அது சாத்தியமானது" என்று கூறினாள்.

தேவர்கள் எல்லோரும், அவளுடைய கற்பின் பெருமையை உலகுக்கு உணர்த்த வேண்டியே நட்சத்திரமாகப் பிறக்கும்படி செய்தனர். அது முதல் திருமணம் முடித்த தம்பதியர், கற்புக்கரசியாக விளங்க வேண்டி, அருந்ததி பார்ப்பது என்ற பழக்கம் ஏற்பட்டது.

நன்றி : **'ஆன்மிகத் தகவல்கள்'**

தகவல்: **சதாசிவன், சென்னை**



வேதத்தின் பொருளை எல்லோரும் புரிந்து கொள்ளும்படி பதினெட்டுப் புராணங்களாக வேதவியாசர், எழுதி வைத்துள்ளார். அதில் ஒன்றுதான் தேவி பாகவதம். தேவியின் மகிமைகளை விளக்கும் ஸ்லோகங்களைச் சொல்லி பூஜித்தால், எல்லா இன்பங்களும் வந்து சேரும்.

- கோமளா நாராயணன், சென்னை-78



குரு
கிருபா
அசத்தலான உயர்தர
திருமண சமையலுக்கு
HARA HARA SANKARA
SCS
சரஸ்வதி கேட்டரிங்
எம் பொண்ணு கல்யாணத்தை சரஸ்வதி கேட்டரிங் சிறப்பா நடத்திக் கொடுத்த மாதிரி உம்பொண்ணு கல்யாணத்தையும் சீரும் சிறப்புமா நடத்திக் கொடுத்ததை இப்ப அனுபவபூர்வமாக உணர்ந்து சொல்றத கேட்கவே ரொம்ப சந்தோஷமா இருக்கு. கல்யாணம் பண்ணனும் நினைக்கறவா எல்லோருமே சரஸ்வதி கேட்டரிங் புக் பண்ணினா அவாளும் இதை அனுபவபூர்வமா உணரலாம்.
என் பொண்ணு கல்யாணத்தை எப்படி நல்லபடியா நடத்தப் போறோம்னு தவிச்சுகிட்டு இருந்தேன். மாமி நீங்க சொன்னமாதிரி
சரஸ்வதி கேட்டரிங்
சுப்பிரமணி ஐயர் போய் பார்த்தேன். எம் பொண்ணு கல்யாணத்தை ஜாம் ஜாம்னு சீரும் சிறப்புமா நடத்தி கொடுத்தா. கோலத்துல இருந்து கட்டுசாதம் வரைக்கும், சீர்பட்சணங்கள்னு எல்லாமே பொறுப்பா அவா ஆத்து கல்யாணம் மாதிரி விமரிசையா செஞ்சு கொடுத்தா. நாங்களும் மாப்பிள்ளை ஆத்துக்கார மாதிரி கல்யாணத்தில டென்ஷன் இல்லாம நிம்மதியா இருந்தோம். வந்தவா எல்லாரும் ரொம்ப பாராட்டினாங்க.
இனி கல்யாணம்னாலே
சரஸ்வதி
கேட்டரிங்தான்
SREE SAI DHARSHINI MAHAL
New Kalyana Mandapam fully Airconditioned
Booking open
Hall - 300 Dining - 100
91A, Abu Sali St, Saligramam, Ch-93.
044-23765490, 9840054900
கல்யாணமா எங்களை கூப்பிடுங்க
நீங்களே பிரமிச்சுபோவீங்க
Samayal Pramadam
SARASWATHI
CATERING SERVICE
Insuvai Vendan G. Subramani Iyer
No.65, (old no. 30), Subramanian St., West Mambalam, Chennai - 33.
Off: 24742433 / 23719535 Cell: 98400 54900 Tele Fax: 24742433
Branch off: Coimbatore Ph: (0422) 2343710
E- Mail: insuvaivendhan@yahoo.com www.saraswathicateringservice.com
We undertake Marriage Catering all over India

பிராணி தயை மிகச் சிறந்த குணம். ஆனால் அதுவே கடவுளைக் கூட மறக்கடிக்கும் அளவுக்கு மோகத்துக்கு வித்திடுமானால், அது ஆன்மிக மார்க்கத்தில் ஒரு முள்ளாகத் துன்புறுத்தும். இதை விளக்கப் புராணத்தில் ஒரு கதை உண்டு.

புராணம்

கருணையே ஆனாலும்...

பரத மகாராஜா, வானப்ப்ரஸ்தாஸ்ரமத்தைப் பின்பற்றிக் காட்டுக்குப் போனான். அப்போது ஒரு மான், கன்றை ஈன்றுவிட்டு இறந்து போயிற்று. மான் குட்டியின் மேல் கருணை கொண்ட அரசன், அதை எடுத்து அன்புடன் வளர்க்க ஆரம்பித்தான்.

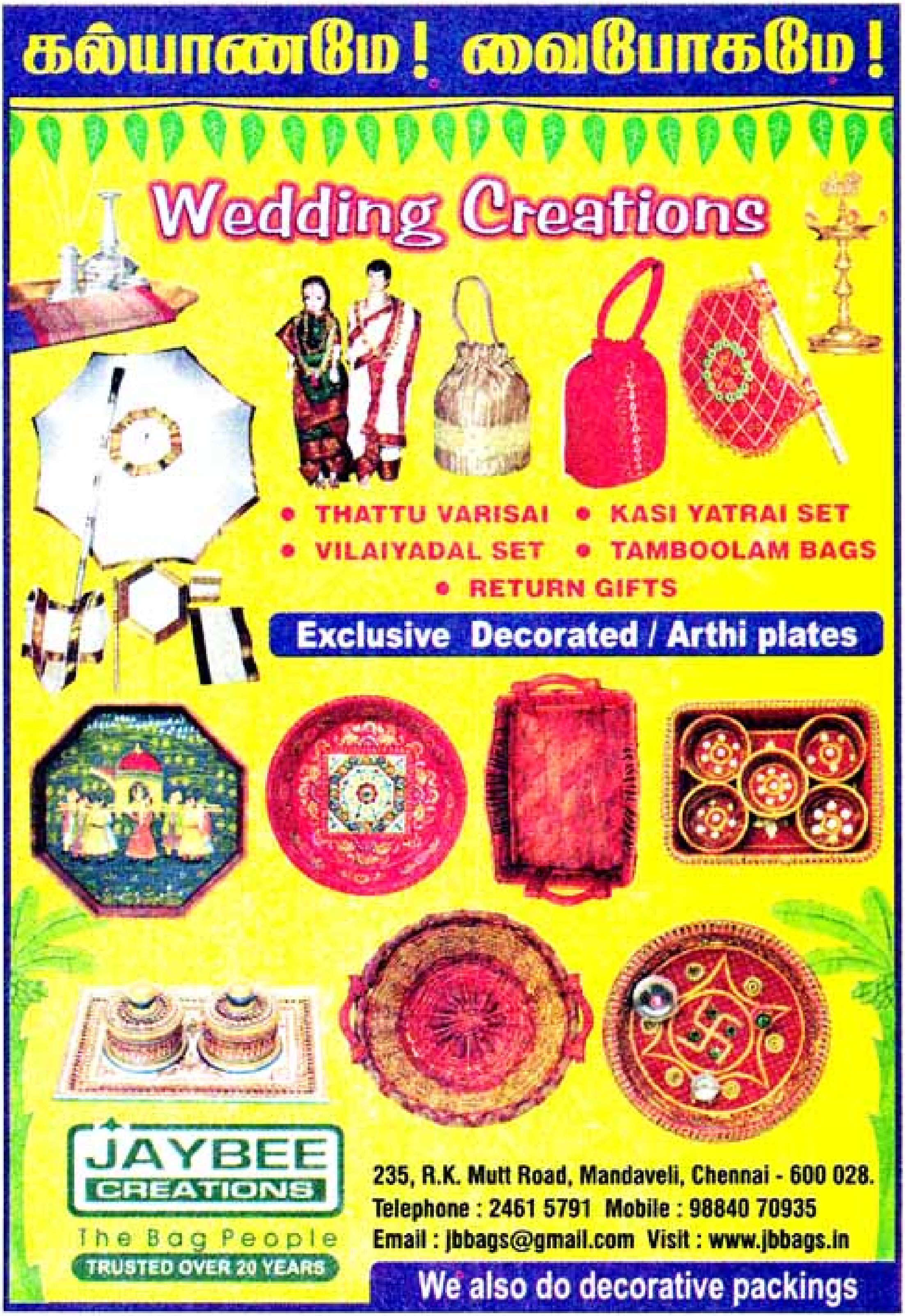
நாளடைவில் அவன் கருணையானது, பற்றுக்குத் திரும்பிற்று. தியானம் செய்ய உட்கார்ந்தால் மானைப் பற்றிய கவலை உண்டாயிற்று. தியானத்துக்கு நடுவே அவ்வப்போது கண்களைத் திறந்து, மான் எப்படி இருக்கிறதென்று பார்க்க ஆரம்பித்தான். அந்தளவுக்கு மானின் மீது அவன் மோகம் கொண்டிருந்தான்.

நாட்கள் சென்றன. அவன் இறக்கும் போதும் மானைப் பற்றியே சிந்தித்தநால் அடுத்த பிறவியில் மானாகவே பிறந்தான். இதனால் அவன் முக்தி அடைவது மான்ஜென்மம் முடியும் வரை தள்ளிப்போயிற்று. அதனால் அன்பு, ஜீவ காருண்யம் போன்ற நல்ல குணங்கள்கூட வ்யாமோகத்துக்கு இடமளிக்காமல் எச்சரிக்கையுடன் இருக்க வேண்டும்.



'தத்வ வாதா' கன்னடப் பத்திரிகையில் ஸ்ரீ பேஜாவர மடாதீஸர் ஸ்ரீலஸ்ரீ விஸ்வேஸ தீர்த்தர், எழுதியதைத் தமிழில் எழுதியது.

- கே.நிருபமா,
புனே


கல்யாணமே! வைபோகமே!
Wedding Creations
• THATTU VARISAI • KASI YATRAI SET
• VILAIYADAL SET • TAMBOOLAM BAGS
• RETURN GIFTS
Exclusive Decorated / Arthi plates
JAYBEE
CREATIONS
The Bag People
TRUSTED OVER 20 YEARS
235, R.K. Mutt Road, Mandaveli, Chennai - 600 028.
Telephone : 2461 5791 Mobile : 98840 70935
Email : jbbags@gmail.com Visit : www.jbbags.in
We also do decorative packings



அருஞ்சுனை காத்த அய்யனார்!

தூத்துக்குடி மாவட்டம் திருச்செந்தூருக்கு அருகே, மேலப்புதுக் குடியில், சுனை ஒன்று உள்ளது. பாலை வனத்தை ஒத்த மணற்பாங்கான தேரிக்காட்டுக்கு மத்தியில், இந்தச் சுனை உள்ளது. கோடை காலத்திலும் இங்கு தண்ணீர் வற்று வதில்லை.

பறவைகள் வேடந்தாங்கல் செல்வது போல மக்கள், கோடை காலத்தில் இந்தச் சுனையைத் தேடி வருகின்றனர். சுனைக்கு அருகே காவல் தெய்வமான அய்யனார் குடிகொண்டிருக்கிறார். அவரது பெயர் அருஞ்சுனை காத்த அய்யனார். பங்குனி உத்திர திருவிழா இங்கு மிகப் பிரசித்தம்.

- எஸ்.மோகனா செல்வகணேசன்,
சோழிங்கநல்லூர்.



Sri Karpagambal
Catering Services
KCS
QUALITY & DELICIOUS VEG FOOD
Specialist in South Indian, North Indian & Chinese
Sp. Coffee, Tea,
Tiffin Lunch Varieties,
Seer for Bride & Grooms,
Beetle Leaves, Rasinkial
Beetle Nuts, Beedo, Aarti,
Pachaipudi Arrangements,
Kasi Yatra, Bridal Mat,
Groom Seer Items
Video & Photograph in broadcast Quality
Kolam, Crush, Vaidega,
Angumani,
Musical Instruments
Garlands &
Loose Flower
Bridal Make-up
"Thanks" Bags & Gifts
We arrange Kalyana Mandabam also
Contact: R. Madhusudanan
156, (Old # 79), R.K.Mutt Road, Mandaveli, Chennai - 600 028 (Opp BSS Hospital)
E-mail : always_mathan@yahoo.co.in | www.karpagambalcateringservices.com
Mobile : +91 98412 66844 Tel : +91 44 2464110

படித்ததில் பிடித்தது

திருமணத்தில் மணமகன் மணமகளுக்கு குங்குமம் இடுவது முக்கியச் சடங்கு. வட இந்தியாவில் தாலி அணியும் சடங்கு இல்லை. ஆனால் மாப்பிள்ளை, பெண்ணுக்குக் குங்குமம் வைத்தாலே திருமணம் முடிந்ததாகக் கருதப்படுகிறது.வட இந்தியப் பழங்குடி மக்களிடம் குங்குமம் இடுவது பற்றி ஒரு கதை உண்டு.



நாலு பேரில் யார்

நான்கு இளைஞர்கள் சிறந்த நண்பர்களாக இருந்தனர். அவர்களில் ஒருவன், மரச்சிற்பம் செதுக்குவதில் கை தேர்ந்தவனாக விளங்கினான். மற்றொருவன் நகைத் தொழிலில் தன்னை ஈடுபடுத்திக்கொண்டான். மூன்றாவது இளைஞன், துணி நெய்யும் தொழிலிலும், நான்காமவன் குங்கும வியாபாரியாகவும் இருந்தான்.

நண்பர்களுக்கு ஒரே இடத்தில் இருந்து தொழில் செய்வது அலுப்புத் தட்டியதால், தொழிலுக்குரிய கருவிகளை எடுத்துக்கொண்டு புதிய இடத்தை நோக்கிப் புறப்பட்டனர். வழியில் இரவு நேரம் குறுக்கிட்டது, ஒரு தென்னந்தோப்பில் தங்கி உறங்க முடிவெடுத்தனர். அனைவரும் உறங்கினால் பொருள்கள் களவு போகும் என்பதால், ஒருவர் விழித்திருக்க மற்ற மூவரும் உறங்க வேண்டும்; சம கால அளவெடுத்து அடுத்தவர் காவல் இருக்க வேண்டும் என்று முடிவாயிற்று.

முதலில் மரவேலை சிற்பியின் முறை வந்தது. பொழுது போக்க நினைத்த சிற்பி, அருகில் கிடந்த மரக்கட்டையை, அழகான பெண் சிற்பமாகச் செதுக்கினான். அவன் நேரம் முடிந்ததும் அதை அருகில் நிறுத்திவிட்டு, நெசவாளியை எழுப்பி, உறங்கச் சென்றான். தன் அருகில் அழகான சிற்பத்தைக் கண்ட நெசவாளி மகிழ்ச்சியுற்றான். தன்னிடம் உள்ள நூலால், பொருத்தமான ஆடை நெய்து, அணிவித்து, அடுத்தவனை எழுப்பிவிட்டு உறங்கச் சென்றான். அடுத்தவன் ஆபரணக் கலைஞன் என்பதால் சிலையைப் பார்த்து அதற்கேற்ப நகைகளைப் பூட்டினான். அவன் நேரம் முடிந்ததால் குங்கும

யாபாரியை எழுப்பிவிட்டு அவன் உறங் ் போனான்.

காவலைத் தொடங்கிய குங்கும

நஷின்?

யாபாரி, சிற்பத்தைக் கண்டு வியந்து ன்னுடைய பங்குக்கு தன்னிடமுள்ள ங்குமத்தை எடுத்து, சிற்பத்தின் நெற்றி ல் இட்டான்.

குங்குமம் இட்டதும் மரச் சிற்பம் உயிர் பற்று நாணமும், நளினமும் குலுங்கும் ங்கையாக நாணிக் கோணி நின்றாள். வ்வொருவரும் அவளை, தனக்கே னைவியாக்கிக் கொள்ள வேண்டும் என்ற ண்ணத்தில், உரிமை கோரி சச்சரவில் றங்கினர்.

அப்போது அவ்வழியே வந்த பெரிய வர், நால்வரின் வாதங்களையும் கேட்டு, ''அவளை உருவாக்கிய சிற்பி, தந்தைக்குச் சமமானவன்; அதனால் அப்பெண் சிற்பிக்கு உரிமையில்லை. ஆடை அணிவித்தவனோ தமையன் ஆவான். அதனால் அவனும் அப்பெண்ணை மணம் செய்ய முடியாது. அணிகலன்களை அணிவித்த பொற்கொல்லன் தாய் மாமனுக்கு ஒப்பானவன்; அப்பெண்ணைத் தொட்டு நெற்றியில் குங்குமம் இட்டவனே அவளை மணந்து கொள்ளும் உரிமையைப் பெற்றவன்'' என்று தீர்ப்புக் கூறினார்.

இந்தக் கதையின் மூலம் ஒரு பெண்ணைத் திருமணம் என்னும் பந்தத்தில் உட்படுத்த, குங்குமமே சிறந்த அடையாளம் என வலியுறுத்தப்படுகிறது.

ஆதாரம் : 'பெண்ணே உனக்குச் சீதனம்' என்ற நூலிலிருந்து...

தகவல்: வத்சலா, சென்னை

கவிதை

சரித்திரம!



சரித்திரம் படைத்த
ஆண்கள்தான்
கோவலனின் அசட்டுத்தனத்தாலு
பொற்தட்சனின் ஆசையாலு
அரசனின் அவசர புத்தியாலு
மதுரை எரிந்தது
பழி - கண்ணகியின் கோப

ராவணனின் பெண் ஆசையால்
சீதையைச் சிறையெடுத்தா
ராமாயணம் உருவானது
பழி - சீதையின் மான் ஆசை

திருதுராஷ்ரனின் கையாலாகாத்தன
துரியோதனின் மண்ணாசை
சகுனியின் குள்ளநரித்தனம்
பாரதப் போர் மூண்டது
பழி - திரௌபதியின் சிரிப்பால்

எல்லா பழியும் பெண்கள் மேல்
ஆம்... சரித்திரம் எழுதியவர்களு
ஆண்கள்தானே
அவர்களுக்கு சாதகமாய் எழுதிவிட்
அறைகூவச் சொல்கிறார்
சரித்திரம் படைத்த
ஆண்கள் என்று

- க.ஹேமலதா, பொள்ளா

எங் செல்லமே!



தாத்தா : ச. மகாலிங்கம்
பாட்டி : ம. அலமேலு
பேரன் : கு. தன்ய பிரியன்



தாத்தா : இர. நடராஜன்
பாட்டி : என். இந்திரா
பேரன் : பால பிரணவ்



தாத்தா : எஸ். சுப்பிரமணியன்
பாட்டி : எஸ். பானுமதி
பேத்தி : என். நந்தினி



தாத்தா : பா.சுவாமிநாதன்
பாட்டி : மங்களம்
பேரன் : ஆதர்ஷ் பரத்வாஜ்



தாத்தா : எஸ். நாராயணன்
பாட்டி : என். மாலதி
பேரன் : எம். அநிருத்த
பேத்தி : எம். அருந்த

ஆல்பம்



எத்தனை லக்ஷ்மியடி

ஸ்ரீ லக்ஷ்மி என்று போற்றப்படு மகாலக்ஷ்மிக்கு பல பெயர்கள் உண்டு மாதுளங் கனியிலிருந்து உதித்ததா 'மாதுளங்கி'. பத்மாக்ஷனரால் வளர்க்க பட்டதால் 'பத்மை'. அக்னிகுண்டத்தி வாசம் செய்ததால் 'அக்னி கர்ப்பை'.

இரத்தினவடிவம் எடுத்ததா 'ரத்தினாவதி', ஜனக மகாராஜவுக் மகளானதால் 'ஜானகி'. கலப்பையி நுனியிலிருந்து தோன்றியதால் 'சீதை பாற்கடலிலிருந்து தோன்றியதால் 'ஸ்ரீ என்று பல பெயர்களில் போற்றப்ப கிறாள்.

- ராதாபரிமள
திருச்

மணமகள் தேவை



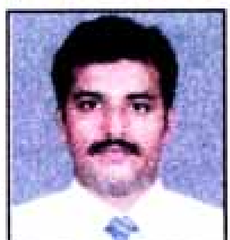
G. BASKARAN, B.B.A. ◆ ஐயர், பிரஹசரணம், 1977, 5.4', சிகித கோத்ரம், மூலம், பிரைவேட் கம்பெனி மேனேஜர், பெங்களூர், 25,000/- அழகான பட்டதாரி, வேலை பார்க்கும் / பார்க்காத பெண் தேவை. Ph: 98412 44834, 97100 09410, e-mail:baskar@nalli.com பெட்டி எண்:16572



R.PAVAN KUMAR, M.B.A. ◆◆ Wanted Bride, for Iyer, Vadamal, Srivatsa gothram, Pooradam, 1980, 5.6'. Presently employed in Africa with substantial earning, planning to shift to India this year. Contact: 040 - 27050532, 9397874229, e-mail: mythilihealer@yahoo.com Box No.16584



D.RAMGOPAL ◆◆ Thenkalai Iyengar, Vashista, Uttarattadhi, 36, Wheatish, own flat in Chennai. Project Managar, Polaris group of Companies, Salary Rs.45,000/-p.m. No expectations & conditions. Any brahmin sect. Boy differently abled, Independently Capable without anybody's help. Touring on official duties allover India alone. Knows car driving. going to purchase one soon. Only child. Cont: (044) 24861238, 9884681011 Box No.16624



S.VENKATARAGAVAN, BBA GNIIT, ◆ Iyer, Vadamal, Haritham, Kettai, 1974, 172cms, Manager, RHYS Health Care Pvt.,Limited, Chennai, 30,000 p.m. seeks Brahmin girl. Contact: 23722303, 98408 00608 Box No.16627



DR. S.VISHWANATHAN, MBBS DCH DNB(PAED) ◆ Iyer, Vadamal, Haritham, Swathi, fair, 31, 160cms, child specialist, reputed hospital and clinic, Chennai, Rs.1 lakh per month, seeks Bride. Interest in Carnatic Music will be appreciated, not a must. Contact : 2372 2303, 98408 00608 Box No.16628

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, May 1971, Ayilyam, 5.1', Fair, D.M.E., B.B.A., Senior Quality Engineer, Employed in Pune, 2.4 lakhs Per Annum, own house in Chennai, Innocent Legal Mutual Divorcee without issue (Together for 2 weeks). Seeks Iyer / Gurukkal / Iyengar girls (Unmarried or divorcees without issue). No expectations simple marriage. Ph: 99400 51939. email: ksms47@rediffmail.com Box No.16561

◆ Iyer, Vadama, Srivatsa, Revathi IV, April 1973, B.Com, 170cms, 15 lakhs p.a, Propertied Businessman, seeks graduate girl from a good family background. Refer TM ID M1488503, 98842 56058, brgpal@gmail.com Box No.16562

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharadwajam, Poosam, 35, 5.10', PG Working in Pvt., Company, 3.2 lakhs p.a., Seeks graduate or diploma girl from a simple family. Box No.16563

◆ மாத்வா, கன்னடம், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், பரணி நட்சத்திரம், 1977, 5.4', பி.பி.எம்., எம்.ஏ., மாத வருமானம் ரூ.12,000/- சென்னையில் தனியார் துறையில் பணியாற்றும் பையனுக்கு தகுந்த பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் ஏதுமில்லை. செல்: 94447 70010 பெட்டி எண்: 16565

◆ Sriram, Bharatwajam, Vadamal, B.E.M.S.(Bits), Hastham-3rd padam, 1980, 180cms, Profession (Associate - CTS). Wanted qualified suitable bride with good family background. Contact: 044-28140392 / 9840218833. e-mail: kamalambal1950@yahoo.co.in refer ss matri.com ID 57987 profile. Box No.16566

◆ Vadama, Vadoolam, Uthiram, Kanni, 33 BE,(Comp) Settled in Mumbai, requires well educated Iyer bride (preferably BE). Horoscope matching must. Father Divorced. Contact: 098200 37762/ 0251 - 3260062. Box No.16568

◆ North Arcot Dist. Iyer, Vadama, 33 years, 5.10', Moolam, Kousikam, God fearing, teetoller. Working as a team leader in a leading software company. Seeks educated bride. Contact: 044-2374 5376, 98406 70626 Box No.16569

◆ Iyer, Vadama, Kashyapa, Revathy(3) 33 years, 5.8', fair, BBA, MBA, working in MUSCAT as Quantity Surveyor, Sub-Sect no bar. Seeks minimum graduate employed / unemployed from decent family. Contact: 044 - 2637 6319, 94446 92990 e-mail: tpraghavan46@gmail.com Box No. 16570

◆ ஐயர், வடமாள், நைத்ருவ காஸ்யபம், ரோஹிணி, 16.8.1979, 179செ.மீ., M.Com., in B.P.O. சென்னை, ரூ.15,000/-மாத வருமானம், டிகிரி

படித்த பெண் தேவை. ஃபோன்: 94449 40524, 98412 06313. பெட்டி எண்: 16571

◆ Ashtasahasram, Vadhoolam, Pooratadhi, Graduate, 42, 175cms, 15,000/- Bachelor, Ltd.Company, seeks horoscope from employed / unemployed girls. Subsect acceptable. Box No.16573

◆◆ Om Sri Sairam, Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Pooradam(4) 1982, 5.5', fair B.Com., MBA officer in Bank Chennai seeks Qualified, employed / unemployed girl from a good family background. Contact: 044 - 2657 1442, 98401 92862 Box No. 16574



◆ Telugu Brahmin, Kosala Naadu, Kashyapa Gothram, Vishakam 1st paadam, 3.5.1977, 162cms, B.Com, ICWA, Bank Manager, Mumbai. Boy seeks graduate, unemployed girl. Box No. 16575

◆ Iyengar, Thenkalai, Vadhoolam, Pooradam-2, Oct'1979, 177cms, BA(C.S.)MBA, Asst.Manager Reliance General Insurance, Rs.32,000/- p.m. Seeks Gr / PG employed girl. Cell: (0)9445353326 e-mail:cnvedavalli@gmail.com Box No.16576

◆ Bride from Brahmin Caste Non-kaundinya, Unmarried age up to 30years for highly salaried, 35 years, legal divorcee without commitment. Apply in detail Box No. 16577

◆ **Vadamal, Bharadwaj, Rohini(4), 31 Dec 1979, 165cms, B.Tech. (Chem.Engg.) Ph.D, INTEL Corpn., Oregon USA seeks Iyer / Iyengar Bride working / studying USA. Web:www. ssmatri.com ID 59721. Cont: K.Ramachandran (011) 2272 2789 / 98106 02194 Box No. 16578**

◆ Iyer, Vadamal, Vadhoolam, Moolam (4), 31.7.1974, MSc., Central Govt.Rs.25,000/- p.m. looking for graduate Bride. Contact: 98425 49753, 98437 16437. E-mail: srajeshsn@gmail.com Box No.16579

◆ Vadamal, Kousigam, Pooram (1), April 79, 173cms, 33,000 p.m. B.E, (Mech) M.S. (Germany) SWE, MNC, Chennai, own house clean habits. S.Jayaraman, 044 - 24746180, 9444264070 (or Panchapakesan 98403 30531) www:ssmatri.com ID 59141. Box No. 16580

◆ Moolam, Vadakalai, Kousika, 1979 / 165cms, M.Sc, S/W 9 lakhs p.a. seeks Gr / PG employed Iyer / Iyengar girls Ct.: 42152112 / 95000 65124. (simple marriage) Box No. 16581

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ.500/-
அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ.15/-
வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய ரூ.100/- கூடுதலாக அனுப்பவும்.
வண்ணப் புகைப்படத்துடன் (1" x 1") வெளியிட ரூ.800/-
இத்துடன், www.mangayarmalaronline.com என்கிற மங்கையர் மலரின் இணையதளத்திலும் சேர்த்து விளம்பரம் வெளியிட, கூடுதல் கட்டணம் ரூ.100/-

◆ Iyengar, Kausigam, Tiruvonam, age 43, B.Sc., salary saving Rs.10,000/- p.m. having own house. Seeks any Brahmin Girl (35 to 42years) from poor, widow & Divorcees. Ph:044-22473569. Saroja. Box No. 16582

◆ Iyer, Brahacharanam, Srivatsam, Bharani, 41, Bachelor, 175 cms, fair business operational manager hospitality services chennai, Rs.13,500/- Monthly seeks domestically trained fair girl upto 32 yrs, subsect no bar. No expectations simple marriage contact: 9791163865. Box No.16583

◆ Iyer, Brahacharanam, Kashyapam, Vishakam(4), 31, 181, B.Sc, MCA/Team Leader MNC Bangalore, Rs.62,000/- p.m. Good looking. Seeks graduate good looking girl. Apply to: laks.saro@gmail.com (or) 9894519848. Box No.16585

◆◆ வடகலை, ஐய்யங்கார், கௌண்டின்யம், பூரம், 45, 5.8' மாநில அரசுப் பணி, மாத சம்பளம் 27,000, மனம் ஒத்து வராததால் சட்டப்படி விவாகரத்து செய்தவர், குழந்தை இல்லை. மணமாகாத 35 - 40 வயதுக்குள் குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. பெட்டி எண்: 16586

◆ Vadamal, Revathi, Srivatsam, Age 43, Bachelor, Music Profession (Ghatam Artiste), Rs.20,000 p.m., having own house at Nanganallur, seeks brahmin girl. Subsect no bar. Contact: A.Natarajan, Ph:044-2265 2105 Box No. 16587

◆ Iyer, Brahacharanam, Agasthia Kothram, Swati Natchatiram, 35 years, 160cms, Diploma in Petro Chemical & PGDCA, Salary Rs.11,000/- Computer Dept., Private Company. Seeks suitable Brahmin Bride. Ph: 98651 51300, 98429 26400 Box No.16588

◆ Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Thiruvonam, Makara, 1976, 165cms, M.Com, Working in Brightstar Newzealand Ltd., as IT system support, seeks graduate, Brahmin girl, ready to get settled in Newzealand. For details:www.tamilmatrimony.com view profile ID No: M5670433. Contact : 093442 52779, 094203 58036. Box No.16589

◆ Iyer, Vadama, Vathulam, Rohini(I), April 1979, 5.9', M.Com, Fair with clean habits, Hearing impaired, employed in Bank at Chennai, seeks Graduate Bride, employed. Subsect no bar. Contact: 044 - 2486 3886 / 94452 88616 Box No.16590

◆ Wanted simple working woman Tamil Brahmin for unmarried Iyer Bharadwaja, Poorattathi II, 1972, 5.5' working in TCS. Chennai as Asst. Manager. Simple Marriage. Contact:044-23719055. pkrishnaswami@gmail.com Box No.16591

◆◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், மூலம், செப்டெம்பர் 76, 5.9' B.Com, GNIIT, MNC, சென்னை, 30,000 மாத வருமானம், சிகப்பு நிறம், உட்பிரிவுகள் சம்மதம். 2276 0206, 97108 95438. பெட்டி எண்:16592



◆ அய்யர், அஷ்டசகஸ்ரம், கௌண்டின்யம், அவிட்டம் முதல் பாதம், Legal Divorcee, 34, 168cms, M.Sc(Chemistry) Own Business in Gobichettipalayam, மாதம் ரூ.80,000/- வருமானமுள்ள வசதியான மணமகனுக்கு வேலைக்கு செல்லாத ஏழையான மணப்பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். Contact : 93829 - 22718 & 04285 - 222718 Box No.16593

◆ Iyer, Brahacharanam, Haritha, Poosam, Aug-78, 170cms, B.E-M.S. Employed and settled in Australia. Seeks Graduate / Post Graduate Bride. Ph:98405 56491. email: girijavish52@gmail.com Box No.16596

◆ Tamil Iyer, Ashtasahasram, Athreya Gothram, Punarpoosam, 29.10.1980, 162cms, D.C.T., B.A.(MCA), University Staff, Rs.20,000/- p.m. Seeks Suitable Bride, Subsect no bar. Contact: 099429 93150 / 0 93823 06390 Box No.16597

◆ ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், கௌசிகம், 1973, 170 செ.மீ., ரோஹிணி, M.V.Sc, Ph.D (Canada), Scientist in Central Govt. at Kodaikanal, Rs.50,000/- p.m. seeks graduate bride. Ph:04362 - 262106, Vetnanny@gmail.com Box No.16598

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், 1969, 5.9', ஆயில்யம், MCA, Working in MNC Bangalore, seeks Graduate bride. Ph:04362 - 261561, Jayapranav @gmail.com Box No.16599

◆ Iyer, Ashtasahasram, Bharadwajam, Moolam, 3rd patham, 43, 170cms, unmarried, fair, B.Sc., MA.ML, Officer, Central Government, 40k p.m. Seeks unmarried girl. Contact :044 - 2442 4757. Box No.16600

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி : 10.4.2010.. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : .... C/o மங்கையர் மலர், 47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032

◆ Iyer, Brahacharanam, Koundinyam, Magam (Kethu in 7) 30, 6', M.Sc.Comp.Sc. Senior Delivery Manager, H.C.L. (Chennai) Rs.50,000/- p.m. seeks Graduate/ Post Graduate, Employed / Unemployed girl with good family background. Box No.16601

◆ Iyer, Brahacharanam, Naithruba Kashyabam, Pooratadhi - 4, 71/ 171cms, fair, M.Com, MFM, MBA, (ICWA) Working in Brakes India Ltd, Chennai - seeks any suitable Graduate girl. 2461 5386 / 98400 23524. bjm4@rediffmail.com Box No.16602

◆ Iyer, Vadama, Kaushika, Pooratadhi, 33, 175, MBA, Teetotaller, Barclays Bank, Owns Flat in Bangalore, seeks employed / Unemployed girl Contact: Ph: 98840 26053 kalpa_ram2005@ yahoo.com Box No.16603

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Magam, Koundinyam, 33, B.Com, DCA (MBA), Dy.Manager, HDFC Bank, Chennai. Salary Rs.29,000/- p.m +. Seeks suitable educated employed Bride. Contact : Ph:044-6544 6849. Box No.16604

◆ Vadamal, Kashyapa, Revathi(1), Jan'82, 178, 67,000 p.m. M.Sc., M.B.A. PGDCA, Assistant Manager (HR) MNC Chennai, Own House - Sreekantaswamy. Ph:044-2252 0831, 99403 86393 (or Panchapakesan, 98403 30531) web:www.ssmatri.com ID 58670. Box No.16605

◆ Vadamal, Bharathwajam, Krithigai-4, 2.7.1978, 176cms, MCA, Senior Associate, CTS, Chennai. Rs.75,000/- p.m. Seeks Graduate / PG. Bride. S.S.Matri.58706. Contact:044-23611415. e-mail:balachander.sankaran@yahoo.com Box No.16606

◆◆ Iyer, Vadamal, Garga, Avittam, May 1974, B.Sc, MCA, Associate Consultant, 70,000/- p.m. Seeks Graduate, Iyer Bride. Subsect no bar. Working not a must. Sivaramakrishnan, Cell:98405 32009 Box No.16607

◆ Vadamal, Sandilyam, Revathi, Mar 80, 175cms, 75,000/-pm. BE (C.S) Area Manager MNC Chennai. Very well-to-do family. Father only. Seeks Iyer Bride. Ph:044-4306 6767, 98417 59464 (or Panchapakesan, Cell:98403 30531) web:www.ssmatri.com ID 90615. Box No.16608

◆ Vadamal, Koundinyam, Mrugaseersham, March 82, 172cms, 30,000/- p.m. B.Com(MBA) Area Sales Manager, Coimbatore, Own House, Seshen,

0422-2643890, 98949 41996 (or Panchapakesan 98403 30531) web:www.ssmatri.com ID 90509 Box No.16609

◆ Vadamal, Garga, Anusham, March 81, 175cms, 45,000/- p.m. MSC (C.S) Senior Software Engineer Chennai (Father Iyer, Mother Saivamudaliyar) own house seeks Brahmin Bride or similar Brahmin Inter-caste. Sivaraman 98406 96138, 96772 97070 (or Panchapakesan 98403 30531) www.ssmatri.com ID 90603 Box No.16610

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், காசியப கோத்ரம். பூரட்டாதி-2, 39, 5.7' மாத வருமானம் 35,000/-ஓமனில் எலெக்ட்ரிகல் ஃபோர்மேனாக வேலை பார்க்கும் சட்டப்படி விவாகரத்தான வில்லங்கமில்லாத பையனுக்கு படித்த பெண் தேவை. செல்:94444 41892 பெட்டி எண்: 16611



◆ Iyer, Vadamal, Ashwini, Naithruvakashyapa, 39, 180cms, B.Sc, Senior Asst. LIC Lucknow, seeks simple Graduate employed / unemployed girl from respectable family. Subsect no bar. Contact: (0) 97431 80355, (0) 90361 39096 Box No.16612

◆ Tamil Iyer, Vadama, Kousiga, Uttarattadhi, 46, S.S.L.C. Good Job, 12,000/-p.m. looking smart. Wanted tamil Iyer only. Issueless Widow and Divorce acceptable. Smt.Janaki Mahadevan, Ph:080 25663117, Cell:99805 12052 Box No.16613

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், 52yrs, young looking. General Manager, Rs.75,000/- p.m. திருமணம் ஆகாதவருக்கு வேலைக்குச் செல்லாத, குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஐயர், ஐயங்கார், மாத்வா ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். மூலம் நட்சத்திரமும் ஏற்கப்படும். எளிய முறையில் திருமணம். பெட்டி எண்:16614

◆ Wanted suitable Bride for 36 years, Palakkad Iyer, Athreya, Makam, BA, DCA, Employed in leading publications, 10,000/- p.m. No expectation. Employed girl preferred. Contact: 99625 64362 / 97910 74508. Box No.16615

◆ Vadama, Srivatsa, Poosam, 27/ 170cms, MCA, CTS, 4.25 lakhs p.a. seeks Graduate girl. preferably employed. SS Matri 56950/82. Contact: 044- 22422613. Box No.16616

◆◆ Mumbai Iyer, Vadama, Bharathwajam, Pooratadhi III, 39, 5.5', B.Sc(Maths) Working in I.T. sector; 25,000/-p.m., own house, clean habits, seeks tamil Brahmin girl only. Contact:022-25442259, (0)99675 56171. Box No.16617

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே! - *பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032*

◆ ஐயர், ஆத்ரேயம், சதயம், பிப்ரவரி 1969, 6 அடி, எம்.பி.ஏ., தனியார் பணி, ரூ.30,000/- மாத வருமானமுள்ள பையனுக்கு பிராமண மணப்பெண் தேவை. எப்பிரிவும் சம்மதம். குழந்தையில்லாத சட்டப்படி விவாகரத்தானவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 16618

◆◆ நெல்லை சைவப் பிள்ளை, உத்திரட்டாதி, 5.2.1976, 175 செ.மீ., B.Sc., (Physics) GNIT, MNC, Bangalore மாதச் சம்பளம் ரூ.60,000, வேலைக்குச் செல்லாத பட்டதாரி மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஃபோன்: 044-2223 5229 மொபைல்: 98404 50263 பெட்டி எண்:16619

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், ஸ்ரீவத்ஸம், சுவாதி, 5.6', 30, எம்.டெக்., ஜெர்மனி, குறைந்தபட்சம் பி.ஈ. படித்த மணமகள் தேவை. விவரங்களுக்கு : 94431 60903, 260903 கரூர். பெட்டி எண்:16620

◆ **Issueless Legal Divorcee Brahmin Iyer, 33 years Srivastham, Mirugashrisam III, 5.7', MCA, MNC, Chennai seeks any Brahmin unmarried girl / Issueless divorcee, widow acceptable. Call:94444 19802, 98409 18266, 044-2814 1505 Box No.16621**

◆ மணமாகாத ஐயர், ரோஹிணி 1, அஷ்டசாஸ்திரம், வாதூலம், 34, 164cms, Diploma Tele communication, DEE, DECE, வெளிநாட்டில் Qatar - Doha-வில் அரசுப் பணி, வருட வருமானம் ரூ.12 லட்சம் வரனுக்கு +2 / டிகிரி படித்த கம்ப்யூட்டர் அறிந்த பெண் தேவை. ஐயர் உட்பிரிவு, ஐயங்காரும் சம்மதம். எதிர்பார்ப்புகள் எதுவும் இல்லை. கோயிலில் எளிமையான திருமணம். ஃபோன் 94448 90157, ஏப்ரல் மாதம் பையன் சென்னை வருகிறான். குழந்தை இல்லாத சட்டப்படி விவாகரத்தானவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் 16622

◆ **Iyer, Kasyapa, 48/172, Legally Divorced, No issue 10th Pass, Multilinguist, very good exposure, Executive, 14,000/- p.m., Society Job. Healthy Good-looking middle class. Seeks Govt. employed Brahmin bride from Chennai or transferable. Subsect, Mother tongue issueless, remarriage, age upto 50 years etc no bar. Mobile: 99624 38524 Box No. 16623**

◆ பாரத்வாஜம், வடமாள், வேலூர் NADt, உத்திராடம்-1, தனுசு, 24.3.76, 5.7', B.Com., PGMHRM, தனியார் ரூ.35,000/- வேலைக்குச்

SHEKAR R.

◆ **Alliance invited from Hindu, Veg, Fair, Good looking, Charming & Homely, Tamil or Telugu Community Brides with Traditional values, ready to settle in Mumbai, for Handsome, fair, Good looking, 32, B.E, 5.9' Groom with High Income, well settled and affluent business family, simple and early marriage, no-expectations, reply with BHP to rampusmumbai@gmail.com Box No.16631**



செல்லும்/செல்லாத பட்டதாரிப் பெண் தேவை. உட்பிரிவு மற்றும் சிம்ம ராசி லக்ன பெண் சம்மதம். தொடர்பு: 98407 02751/4358 8270 பெட்டி எண்: 16625

◆ வடகலை ஐயங்கார், ஸ்ரீவத்ஸம், மகம், May 1973, MCA, 3.8Lakhs p.a. வரனுக்கு பட்டதாரி மணமகள் தேவை. பிராமணரில் எந்தப் பிரிவும் சம்மதம். ஃபோன்: 97104 39895,99419 13671, 94440 55926 பெட்டி எண்: 16626

◆ **Iyer, Vathima, Koundinya, April 1981/6.1', Sadhayam, B.Tech., M.S. Boy seeks suitable bride. TM ID-M1064152 Subsect no bar. Height of the girl to be 5.4' and above Contact :044-2247 2265 Box No. 16629**

◆ Iyer, Vathimal, Koundinya, Uthirattathi, 1.10.1974, 5.8', MCA, Associated consultant MNC, Chennai, Rs. 5.5 lakhs p.a. seeks suitable bride. Subsect no bar. Ph:044-2377 4724 Box No. 16630

◆ **Tamil Brahmin, Iyer, Vadamal, Bharadwaja, Chitrai, 8.5.1971, 165cms, young handsome, IT Manager Accenture, MNC, Bangalore, 12 lakhs Annum, owns car, deluxe apartments seeks middle class, Graduate, Brahmin spinster employed / unemployed, subsect acceptable, demands, dowry, liabilities, commitments, all nil. Contact: Ph:04142-322912 and with horoscope Bio-Data, Family Details. Box No.16632**

◆◆ ஐயர், ஸ்ரீவத்ஸம், வசதியான குடும்பம், குழந்தையில்லாத, விவாக ரத்தான 34 வயது, B.Sc., Project Management Professional Certification, Software Executive, Annual Income 12 Lakhs, பூனாவில் வேலை, வரனுக்கு, தகுந்த, குடும்பப் பாங்கான, படித்த, எளிமையான குடும் பத்தைச் சேர்ந்த பெண் தேவை. பெட்டி எண்: 16633

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Kettai, Kausiga Gothram, 35, B.Sc., Own well established Pharma Company, Chennai. Monthly Income Rs.50,000/-+ seeks suitable educated bride. Subsect no bar. Contact: Krishnamurthy, 1024-B, 44th Street, TVS Colony, Anna Nagar West, Chennai-600 101. Ph 044-2654 4923

◆ Thenkalai Iyengar, Kashyabam, Uthram, P.G., Private Bank Manager, Salary Rs.35,000/- p.m. 37, 5.7', Subsect no bar. Seeks Graduate Girl, Early Decent Marriage. S.Narasimhan, 34-A1, 2nd cross, State Bank Colony, Ammapet, Salem - 636003. Ph:0427-2262471

◆ வடகலை, கௌசிகம், புனர்வசு, 48, 5.8', பி.யு.சி. சொந்தக் குடியிருப்பு, தனியார் கட்டிட மேற்பார்வையாளர், 12,000, மனைவி இழந்தவர், குழந்தை இல்லை, நல்ல தோற்றமுள்ளவருக்கு குழந்தையில்லாத பிராமண விதவை, விவாகரத்தானவர் சம்மதம். எளிய திருமணம். 044-22235168 எஸ்.ஜி. கிருஷ்ணசாமி, 26, காந்தி தெரு, சிட்லபாக்கம், சென்னை-600 064.

◆ Iyengar, Vadakalai, Bharathwajam, Ayilyam, 1979 January, 173cms, BPT. Working in Central Govt. Inspector Border Security Force. Seeks Graduate Employed / Unemployed girl, Kalai no bar. A.Parthasarathy, 1173, Rajaji Nagar Extn.II, Thanjavur - 613 004. Ph: 04362-243673, 94439 72629

◆ Iyer, Vadamal, Srivastham, Uttradam, 32, 5.7', B.Com, Accounts Executive, Rs.17,000/- p.m. Pvt., company, Hyderabad, seeks Iyer girl. Ph: 0891 - 6523955, A.P.A. Narayanan Suryavibha Residency, Flat No.F2, Ashok Nagar, Chinnamusshidiwada (post), Pendurthi, Visakhapatnam-530 057.

◆ Iyer, Vadamal, Vathulam, Avittam-1, B.Com, MBA, 1982, 5.11', MNC, Bangalore seeks Bride anywhere Krishnamurthy G1/B2 Queens Park Apartment, SSR Pankajam Road, Saligramam, Chennai. Ph:044-2376 5981 / 95000 65981.

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், நைத்ருப காஸ்யப, 22.3.1982, திருவோணம் 4-ம் பாதம், 175செ.மீ., M.C.A, Associate Consultant, Polaris, Chennai. Yearly 4 lakhs. Wanted suitable Bride. Contact: S.Sundaram, No.10, Venkatachala Chetty Street, Triplicane, Chennai-5. Ph : 2844 1040, 2844 5605

◆◆ குறியிட்ட திருமண விளம்பரங்களை மங்கையர் மலரின் இணைய தளத்திலும் காணலாம். இதமுடன் சேர்த்து இணையதளத்திலும் வெளியிட கூடுதல் கட்டணம் ரூ. 100/- மட்டுமே
Our website : www.mangayarmalaronline.com

◆ வடமாள், வ.ஆ.மாவட்டம், கௌசிகம், சித்திரை, 36, M.Com, Dip.in finance Management and System Management, Logistics Executive in Cargoman Logistics Ltd., Hyderabad, Rs.20,000/- p.m. seeks suitable homely Bride. A.S.Venkataraman, MIG 842, BHEL, Ramachandrapuram, Hyderabad - 32. Ph:2302 2985

◆ Wanted Bride upto 40 years for Tamil Iyer, Vadamal, Naithrupakashyapa, Aswini, 1967, 170cms, B.Sc (Electronics) MBA, Employed Mumbai, Matching Horoscopes optional contact : Flat 21, Anuradha Complex, Bhaupatil Road, Kirkee, Pune - 411020. Ph: 02025818702, 98900 01857. vishuiyer@rediffmail.com

◆ Iyer, Kapi, Avittam, 39, B.Sc, P.G.D.C.A, Agriculture Business, Monthly income 30,000/- having 4 houses, 15 acres of cultivating lands rich family. father alive. Seeks graduate unemployed from good family. Immediate marriage. mail Id : sraman71@gmail.com Send B.H.P. S.Raman, No.1, VIP Flats, Ground Floor, Cart Park St, T.Nagar, Chennai -17. Cell:98943 18775, 99762 75021

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், ஆத்ரேய, ஆயில்யம், அக்டோபர் 1982, 5.3', எம்.பி.ஏ., சென்னையில் பணி, மாதம் 15,000/- வருமானமுள்ள வரனுக்கு, படித்த பெண் தேவை. ஜி.பவானி, ஜி2, எண். 10 & 11, பூபதி அவென்யு, குன்றத்தூர், சென்னை - 69. செல் : 99521 18243

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், ஷடமர்ஷணம், ரேவதி, 20.5.1963, 6 அடி, பி.ஏ, மாநில அரசுப் பணி, ரூ.20,000 மாத வருமானமுள்ள பையனுக்கு தகுந்த பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். கே.எஸ்.கிருஷ்ணமூர்த்தி, எண்.6, அனுக்கிரஹா, பட்டமரத்தான் நகர், பொன்னமராவதி - 622407. செல்: 954333 261029, 94439 96458

◆ ஐய்யர், பிரகசரணம், ஸ்ரீவத்ஸம், திருவோணம், 34, 5.7', B.Com, Diploma Computer, fair, Good habit, 15,000/- MNC, சென்னையில் பணி, டிகிரி முடித்த, வேலைக்கு செல்லும் / செல்லாத குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஐய்யர், ஐய்யங்கார், பிராமின் உட்பிரிவுகள் சம்மதம். எஸ்.சரஸ்வதி சுப்ரமண்யம், B4, ராமசந்திரா ஃபிளாட்ஸ், கார்த்திகேயபுரம், 4வது தெரு, மடிப்பாக்கம், சென்னை-91. ஃபோன்:044 - 22471451, 9677249976

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜ கோத்ரம், புனர்பூசம், 30, 5.7' பி.எஸ்சி, தனியார் நிறுவனம், 18,000/- சம்பளம், சொந்த வீடு, உட்பிரிவு சம்மதம். நடுதர வகுப்பினர் பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. பி.கே.வெங்கட்ராமன், 8/8 வெங்கட்ராமன் தெரு, ஞானமூர்த்திநகர், அம்பத்தூர், சென்னை - 53. செல்: 91761 49579, 98842 32610

மணமகன் தேவை

◆◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Kapi, Bharani, November 1984, 5.4' BE, Working Infosys, Bangalore, Good Looking fair girl. Seeks Professionally Qualified well placed Boy. Contact : Ramakrishnan 080 - 41483685 or 098440 18479 Box No.20561

◆ Tamil Brahmin groom Hyderabad based or willing relocate there born between years 1950 to 1952 well employed in Govt.Bank, LIC, Central School, with clean habits for Tamil Iyer lady aged 56, Central Govt. Officer issueless divorcee, only daughter no brother sister. Marriage is for mutual companionship in old age. Issueless widower/divorcee acceptable. Groom willing to stay with his bride in her house along with her aged parents and to look after them also, will be given preference Biodata, family details, horoscope must. Reply Box No. 20562

◆ Iyer, Vadamal, Anusham, Srivatsam, 25, 5.3', Very fair well versed carnatic music Medical Officer ESI, Chennai. Seeks Suitable Doctor or Professionally Qualified age difference two to five, salary more than 6 lakhs P.A., of good family. Box No. 20563

◆ Kannada Smartha, Bharadwaja, Hastham, 5.5', March 1977 Born, M.A., B.Ed, working in IBM Bangalore very fair girl, seeks professionally Qualified Brahmin Groom from any southern states. e-mail:gowri.shekhar@gmail.com Ph:080-2343 4148 / 41293421. Box No.20564

◆◆ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Uthiradam(3) girl 23, 5.2' M.Sc (Bio-Tech) Project Assistant (Temporary), CLRI, Chennai, Doing PHD. Seeks professionally

ஏப்ரல் 2010 மாத இதழுக்கான திருமண மலர் விளம்பரங்கள் எமது அலுவலகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய கடைசித் தேதி : 5.3.2010

Qualified, Well employed Iyer Groom (Preferably in Chennai). Age difference 3 years. Cell: 9500001560. Box No.20565

◆ Gavara Naidu, Janakala Gothram, Pooradam -I, 30, 5.4' MSW(H.R), Pvt.Co., Salary Rs.10,000/- p.m. Fair girl. Seeks suitable Bride Groom. Well Employed, Subsect Acceptable. Ph:044-27662168. e-mail:cppc_47 @ymail.com Box No.20566

◆ Tamil Iyer, Gurukkal, Kasyapam, Pooradam, 25 Years, BE (ECE) Working in TCS Chennai. Now in USA, Fair, Seeks good looking Iyer boy below 28 years, well employed. Contact: Cell: 99621 86863, 94445 09081 Box No.20567

◆◆ Sai Devotee, Madhwa, Desistha, Brahmin, Srivatsam, Poosam, 32 yrs / 5.3' MBA, Employed in Software MNC Chennai, Seeks well-Educated South Indian Brahmin Groom from Sri Sathya Sai Devotee family. E-mail:n_murali_rao@ yahoo.co.in Box No. 20568

◆ Vadamal, Koundinyam, Bharani, Nov 85, 160cms, B.Com, CA.(Final), Goodlooking, Sai Devotee seeks well - settled

professional Iyer, India / Abroad. (Min 40,000/- p.m.) Ganesan - 044 - 22242181, (or Panchapakesan 98403 30531) web.www.ssmatri.com ID 83627. Box No.20569

◆ Vadamal, Bhwaj, Kettai(2), May 87, 155, 25,000/- p.m. B.Tech (I.T) MNC Bangalore seeks Iyer PG Profl. Bangalore preferred - Prabakar 04283 - 295266, 94421 17705 (or Panchapakesan 98403 30531) e-mail:1957prabhakar@gmail.com website:www.ssmatri.com ID 82787. Box No.20570

◆ Vathimal, Kousigam, Moolam(1), Nov 80, 162cms, M.Sc (Genetics) Doing MBA seeks well settled Iyer professional Ind / Abroad. (Min 40,000/- p.m.) Venkatramani - 044-2436 2870, 95001 98214 (or Panchapakesan 98403 30531) www.ssmatri.com ID 82829 Box No.20571

◆ Vadamal, Koundinyam, Krithigai, July 84, 155cms, Very fair, BE, well - to - do Family seeks very well-placed Iyer Chennai only (Min 50,000/- p.m) (Panchapakesan 98403 30531) ssmatri.com ID 83074 Box No.20572

◆◆ ஐயர், வடமாள், வாதூலம், 35, 5.1. அவிட்டம், மகர ராசி, சட்டப்படி விவாகரத்து. வில்லங்கமில்லாது. குழந்தைகள் இல்லை. சென்னை அரசாங்க வேலை. மாத வருமானம் ரூ.25,000/- உட்பிரிவு சம்மதம். தொடர்புகொள்க : 98406 52743, 98407 93003 பெட்டி எண் : 20573

◆ Wanted Bridegroom for Brahmin Iyer girl B.Sc, 151cms, 31.8.1986, Punar Poosam, Moudgalyam, Expectation: Two to three years age difference permanent job within Tamilnadu. Contact: R.Venkataraman, cell: 97911 67192, 99405 65037. Box No.20574

◆◆ Iyer, Vadamal, Kousigam, Swathi, Fair, 27/150cms, M.Sc., working in MNC Chennai, Salary Rs. 4,00,000/- p.a. Physically Challenged. Subsect no bar. Seeks groom upto 33 years. Contact No. 97911 12269 Box No. 20575

◆ கவரா / முத்திரையர் நாயுடு. உத்திரம், 29,165cms, M.E., Jr.Enggr. 25,000/- மாநில அரசுப் பணி, பெண்ணுக்கு படித்த சென்னையில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. ஃபோன் : 044 - 2279 1611 பெட்டி எண் : 20576

◆ குருக்கள், கௌசிகம், அனுஷம், 10.01.1983, 160செ.மீ., M.Sc., MS(IT) சென்னை கல்லூரியில் விரிவுரையாளர், பெண்ணுக்கு படித்த இதே இன பணியிலுள்ள மணமகன் தேவை. ஃபோன்:044-2670 4012 செல்: 94448 96353 Mrs. Vijayalakshmi, ''கீதாலயா குடியிருப்பு'' 49/10 எஸ்.ஆர்.பி. கோவில் தெரு, அகரம், சென்னை-82.

◆ எம்.கோமதி(எ) அம்பிகா சிவாச்சாரியா (குருக்கள்) காசியப கோத்திரம், 20.11.1983, கிருத்திகை 2ம் பாதம், 8ல் செவ்வாய், சுக்கிரன், C.A., தனியார் பணி, மாதம் 33,000/- பெண்ணுக்கு பிராமின் இனத்தில் நன்கு படித்து நல்ல பணியில் உள்ள, செவ்வாய் தோஷமுள்ள வரன் தேவை. செல்:96000 25991. M.Muthukumar, No.17/11 5th Lane, Indhira Nagar, Adyar. Chennai-600 020.

ஞ்ச பூதத் தலங்கள்!

மதுரை மாநகரம், கோயில் நகரம் னவும் சிறப்புப் பெற்றது. இங்கு ஞ்சபூதத் தலங்கள் சிறப்பாக அமைந் ள்ளன. ஊரின் நடுவில் உள்ள மீனாட்சி ம்மன் கோயில் ஆகாயத் தலம் எனவும், க்தீஸ்வரர் கோயில் வாயுத் தலம் னவும், செல்லூர் திருவாப்புடையார் காயில் நீர்த்தலம் எனவும், இம்மையில் நன்மை தருவார் கோயில் பூமித்தலம் எனவும், தென் திருவாலவாய சுவாமி கோயில் அக்னித் தலம் எனவும் அமைந்து, மதுரைக்குச் சிறப்புச் சேர்க்கின்றன.

- மேகலா,
சென்னை - 73



Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN/CC(S)DN/170/09-11 - Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN/CC(S)DN/103/09-11 - Registered as a Newspaper in Srilanka





என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

மார்ச் 2010 இதழுடன் இணைப்பு

வேலைக்குப் போகும் பெண்கள், "குடும்பத்தைப் பராமரிக்கும் நாங்களும் தான் ஹோம்-மேக்கர்ஸ்" என்கிறார்கள். ஹோம்-மேக்கர்ஸ்க்கோ, தங்கள் வேலை உன்னதமானது என்பது தெரிந்தாலும், மதிப்பு குறைவுதான் என்ற எண்ணம் சமயங்களில் தோன்றுவதுண்டு. ஹோம்-மேக்கராக மட்டுமே இருக்க வேண்டுமா என்பதுதான் கேள்வி. ஹோம்-மேக்கர், தன் உலகத்தை சற்றே விரிவுபடுத்திக் கொண்டு, அதிக மகிழ்ச்சியும் மன நிறைவும் பெறும் ஹோம்மேக்கர் ப்ளஸ்ஸாக மாறலாமே!

உஷா ராமகிருஷ்ணன் வழங்கும்

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!



என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

மார்ச் 2010 இதழுடன் இணைப்பு

வேலைக்குப் போகும் பெண்கள், "குடும்பத்தைப் பராமரிக்கும் நாங்களும் தான் ஹோம்-மேக்கர்ஸ்" என்கிறார்கள். ஹோம்-மேக்கர்ஸ்க்கோ, தங்கள் வேலை உன்னதமானது என்பது தெரிந்தாலும், மதிப்பு குறைவுதான் என்ற எண்ணம் சமயங்களில் தோன்றுவதுண்டு. ஹோம்-மேக்கராக மட்டுமே இருக்க வேண்டுமா என்பதுதான் கேள்வி. ஹோம்-மேக்கர், தன் உலகத்தை சற்றே விரிவுபடுத்திக் கொண்டு, அதிக மகிழ்ச்சியும் மன நிறைவும் பெறும் ஹோம்மேக்கர் ப்ளஸ்ஸாக மாறலாமே!

உஷா ராமகிருஷ்ணன் வழங்கும்

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!





பிரியா, தன் பெயரை விட மிக நீளமாக பட்டங்கள் சேர்த்து கொண்டிருக்கிறாள். இலட்சிய வெறி கொண்டவளும்கூட அதனால் அவள் முழு நேர 'கெரியர் வுமன்'. அனிதாவுக்கு மு நேர வேலைக்குச் செல்ல முடியாத நிலை; ஆனால் நேரத் வீணடிக்காமல், சின்னக் குழந் களுக்குப் பாடம் சொல்லிக் கொடுத் சிறந்த குழந்தைகளை உருவாக்குகிறாள் லதாவும் வசதியானவள்தான். இரு பினும், ஓய்வு நேரத்தில் பார்வை இல்ல தவர்களுக்குப் படித்துக் காட்டும் சேவை செய்கிறாள்.

இவர்கள் எல்லாருக்குமே கட்டாய 'ஓ' போட வேண்டியதுதான்!

2 Supplement to Mangayar Malar March 2010





பிரியா, தன் பெயரை விட மிக நீளமாக பட்டங்கள் சேர்த்து கொண்டிருக்கிறாள். இலட்சிய வெறி கொண்டவளும்கூட அதனால் அவள் முழு நேர 'கெரியர் வுமன்'. அனிதாவுக்கு மு நேர வேலைக்குச் செல்ல முடியாத நிலை; ஆனால் நேரத் வீணடிக்காமல், சின்னக் குழந் களுக்குப் பாடம் சொல்லிக் கொடுத் சிறந்த குழந்தைகளை உருவாக்குகிறா லதாவும் வசதியானவள்தான். இரு பினும், ஓய்வு நேரத்தில் பார்வை இல்ல தவர்களுக்குப் படித்துக் காட்டும் சேவை செய்கிறாள்.

இவர்கள் எல்லாருக்குமே கட்டாய 'ஓ' போட வேண்டியதுதான்!

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

நீதி!

பெண்ணின்
ாழ்க்கை முழுமை
பெறும் போது,
அவளுக்கு
ட்டுமின்றி அவளால்
பிறருக்கும்
வளர்ச்சியும்
மகிழ்ச்சியும்
கிடைக்கிறது.



ேஹாம் மேக்கர் ப்ளஸ் 6பு!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 3

நீதி!

பெண்ணின்
ாழ்க்கை முழுமை
பெறும் போது,
அவளுக்கு
ட்டுமின்றி அவளால்
பிறருக்கும்
வளர்ச்சியும்
மகிழ்ச்சியும்
கிடைக்கிறது.



ேஹாம் மேக்கர் ப்ளஸ் 6பு!

இந்திய நாடு என் வீடு!



மீனவக் குடும்பத்தில் பிறந்த சாந்தகுமாரி
ஏழ்மையின் காரணமாகக் கல்வியைத் தொ
முடியவில்லை என்றாலும் தடையைத் தாண்டு
மனோதிடம் இருந்தது. படிக்க வேண்டும் என்
நிபந்தனையோடுதான் திருமணம் செய்
கொண்டார். சுனாமியில் கணவரது தொழி
பாதிக்கப்பட்டும் தனது லட்சியத்தை நோக்
இரண்டு குழந்தைகளுக்குத் தாயாக, பல சவா
களைத் தாண்டி, மீனவ சமூகம் பற்றிய ஆராய்
செய்து, பி.எச்.டி பட்டம் பெற்று, கல்லூ
ஆசிரியை ஆனார். என் வீடு, என் உறவு என்
தோடு என் சமுதாயம், என் நாடு என்று யோச
கும் பெண்களின் நோக்கு, பரந்ததாகிறது.

4 Supplement to Mangayar Malar March 2010

இந்திய நாடு என் வீடு!



மீனவக் குடும்பத்தில் பிறந்த சாந்தகுமாரி
ஏழ்மையின் காரணமாகக் கல்வியைத் தொ
முடியவில்லை என்றாலும் தடையைத் தாண்டு
மனோதிடம் இருந்தது. படிக்க வேண்டும் என்
நிபந்தனையோடுதான் திருமணம் செய்
கொண்டார். சுனாமியில் கணவரது தொழி
பாதிக்கப்பட்டும் தனது லட்சியத்தை நோக்
இரண்டு குழந்தைகளுக்குத் தாயாக, பல சவா
களைத் தாண்டி, மீனவ சமூகம் பற்றிய ஆராய்
செய்து, பி.எச்.டி பட்டம் பெற்று, கல்லூ
ஆசிரியை ஆனார். என் வீடு, என் உறவு என்
தோடு என் சமுதாயம், என் நாடு என்று யோச
கும் பெண்களின் நோக்கு, பரந்ததாகிறது.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

Supplement to Mangayar Malar March 2010 5

நீதி!

குடியிருக்கும்
வீட்டுக்கு
வாடகை
தருகிறோம்.
சமுதாயத்தில்
ட்டும் இலவசமாக
சிக்கலாமா? படித்த
ஒவ்வொருவரும்
சமுதாயத்துக்கு
தாவது நலனைத்
திருப்பித் தருவது
டமையில்லையா?



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 6பு!

திறமையைத் தீட்டுங்கள்!



ருச்சி, இளம் வயதில், தெரிந்தவர் வீட்
சுப தினங்களுக்கு கேக் செய்து பரிசளிப்பா
அதில் நிறம், சுவை, மணமோடு, புதுமை
இருக்கும். இதனால் அவளுக்கு ஆர்டர்
கிடைத்தது. திருமணத்துக்குப்பின் அவ
பேக்கிங் அவன் (baking oven), பரண் மே
தூங்குகிறது; கேக் செய்யாததற்குக் காரண
எதுவுமில்லை. ருச்சி மீண்டும் தன் திறமைக்
உயிர் கொடுத்தால், 'கேக் ராணி' என்ற பட்ட
வாங்கக் கூடியவள்தான். நாம் பண முடக்கத்
நினைத்து வருந்துகிறோம்; பெண்ணின் திற
முடக்கப்படலாமா?

6 Supplement to Mangayar Malar March 2010

திறமையைத் தீட்டுங்கள்!



ருச்சி, இளம் வயதில், தெரிந்தவர் வீட்
சுப தினங்களுக்கு கேக் செய்து பரிசளிப்பா
அதில் நிறம், சுவை, மணமோடு, புதுமை
இருக்கும். இதனால் அவளுக்கு ஆர்டர்
கிடைத்தது. திருமணத்துக்குப்பின் அவ
பேக்கிங் அவன் (baking oven), பரண் மே
தூங்குகிறது; கேக் செய்யாததற்குக் காரண
எதுவுமில்லை. ருச்சி மீண்டும் தன் திறமைக்
உயிர் கொடுத்தால், 'கேக் ராணி' என்ற பட்ட
வாங்கக் கூடியவள்தான். நாம் பண முடக்கத்
நினைத்து வருந்துகிறோம்; பெண்ணின் திற
முடக்கப்படலாமா?

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இ



நீதி!

திறமைகளையும்
பலங்களையும்,
பலவீனமான
காரணங்களுக்காக
வீணாக்காமல்
வளர்த்துக்
கொண்டால்,
வாழ்க்கையில்
வெறுமை தோன்ற
வாய்ப்பே இல்லை.

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 6பு!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 7



நீதி!

திறமைகளையும்
பலங்களையும்,
பலவீனமான
காரணங்களுக்காக
வீணாக்காமல்
வளர்த்துக்
கொண்டால்,
வாழ்க்கையில்
வெறுமை தோன்ற
வாய்ப்பே இல்லை.

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 6பு!

பயனுள்ள வாழ்க்கை!



சுஜாதா படித்த திறமைசால்
பிள்ளைகள் வளரும் வரை அவ
களுடன் இருந்து அவர்கள் வளர்ந்
பிறகு, ஆக்கப்பூர்வமாக தன்னை
ஈடுபடுத்திக்கொள்ள முனைந்தா
சிறிய அளவில் சுய தொழில் செய்
ஆரம்பித்தவர், இன்று பல ஆயிர
பேரை வைத்து பி.பி.ஓ. நிறுவன
நடத்துகிறார். பெருமை படக்கூடி
பெண் சாதனையாளர்களில் இவரு
ஒருவர். ஏதாவது செய்ய வேண்டு
என்ற தாகமும் வெறியும் கனவுகளை
மெய்ப்பட வைத்திருக்கிறது.

8 Supplement to Mangayar Malar March 2010

பயனுள்ள வாழ்க்கை!



சுஜாதா படித்த திறமைசால்
பிள்ளைகள் வளரும் வரை அவ
களுடன் இருந்து அவர்கள் வளர்ந்
பிறகு, ஆக்கப்பூர்வமாக தன்னை
ஈடுபடுத்திக்கொள்ள முனைந்தா
சிறிய அளவில் சுய தொழில் செய்
ஆரம்பித்தவர், இன்று பல ஆயிர
பேரை வைத்து பி.பி.ஓ. நிறுவன
நடத்துகிறார். பெருமை படக்கூடி
பெண் சாதனையாளர்களில் இவரு
ஒருவர். ஏதாவது செய்ய வேண்டு
என்ற தாகமும் வெறியும் கனவுகளை
மெய்ப்பட வைத்திருக்கிறது.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

நீதி!

கோடிக்கணக்கான பெண்கள், குடும்ப நலம் தாண்டி பயனுள்ள வாழ்க்கை வாழ முனைந்து விட்டால், 'இந்தியா 2020' நிஜமாவது இன்னும் எளிதாகும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் ஜ!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 9

நீதி!

கோடிக்கணக்கான பெண்கள், குடும்ப நலம் தாண்டி பயனுள்ள வாழ்க்கை வாழ முனைந்து விட்டால், 'இந்தியா 2020' நிஜமாவது இன்னும் எளிதாகும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் ஜ!

கனவுகளை நிறைவேற்றுவோம்!



விசாலி பாடினால் மிகவும் இ மையாக இருக்கும். சங்கீதம் மறக்காம இருக்க பாட்டு வகுப்பு நடத்துகிறா இதனால் சம்பாதிக்கவும் முடிகிறது. வீட் வேலைக்கும் ஆள் வைத்தாயிற் முன்பெல்லாம் மாலையில் ஓய்வு எடுத் கொள்ள முடியாமல் உடல் கெஞ்ச ஆனால் இப்போது பிடித்ததைச் செய்வது சோர்வேது; அலுப்பேது! 'வயதா காலத்தில், முப்பது வருடங்களுக்கு மு னால் என்னவெல்லாமோ செய்திரு லாமே' என்ற புலம்பலைத் தவிர்க்க ஒ வழி - இன்றைய பொழுதை, கனவுகளை பூர்த்தி செய்வதாக மாற்றிக் கொள்வதுதா

10 Supplement to Mangayar Malar March 2010

கனவுகளை நிறைவேற்றுவோம்!



விசாலி பாடினால் மிகவும் இ மையாக இருக்கும். சங்கீதம் மறக்காம இருக்க பாட்டு வகுப்பு நடத்துகிறா இதனால் சம்பாதிக்கவும் முடிகிறது. வீட் வேலைக்கும் ஆள் வைத்தாயிற் முன்பெல்லாம் மாலையில் ஓய்வு எடுத் கொள்ள முடியாமல் உடல் கெஞ்ச ஆனால் இப்போது பிடித்ததைச் செய்வது சோர்வேது; அலுப்பேது! 'வயதா காலத்தில், முப்பது வருடங்களுக்கு மு னால் என்னவெல்லாமோ செய்திரு லாமே' என்ற புலம்பலைத் தவிர்க்க ஒ வழி - இன்றைய பொழுதை, கனவுகளை பூர்த்தி செய்வதாக மாற்றிக் கொள்வதுதா

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

நீதி!

பிடித்ததைச் செய்ய நேரம் கிடைத்து, அதில் மூழ்கிவிட்டால்... இன்றின் மீது ஆர்வமும், நாளை பற்றிய எதிர்பார்ப்பும் கூடும்; இந்த உற்சாகத்தில் ஆயுள் காலம் கூடிவிடும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 11

நீதி!

பிடித்ததைச் செய்ய நேரம் கிடைத்து, அதில் மூழ்கிவிட்டால்... இன்றின் மீது ஆர்வமும், நாளை பற்றிய எதிர்பார்ப்பும் கூடும்; இந்த உற்சாகத்தில் ஆயுள் காலம் கூடிவிடும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

மலரட்டுமே மனிதநேயம்!



“ஆமாம்மா, ரெண்டு ஊடு வேலை செஞ்சு துட்டு வருதாங்காட்டியும் எ புள்ளைங்க வயிறார சாப்பிடுதுங்க. பள்ள கூடத்துல படிக்குதுங்க. இல்லாட் இந்த விலைவாசில கட்டுப்படியாகுமா கடவுளும் இது மாதிரி நல்லவங்க மூலம எங்களுக்கு வேலை கிடைக்க செய்றாரு என்று மனமுருகுகிறாள் வீட்டு வேலை செய்யும் முனியம்மா.

ஒரு பெண்ணுக்கு வேலை தருவது நம் வேலைச் சுமையைக் குறைப்பதோடு அவர்களுக்கும் வாழ்வளிக்கிறதே!

12 Supplement to Mangayar Malar March 2010

மலரட்டுமே மனிதநேயம்!

“ஆமாம்மா, ரெண்டு ஊடு வேலை செஞ்சு துட்டு வருதாங்காட்டியும் எ புள்ளைங்க வயிறார சாப்பிடுதுங்க. பள்ள கூடத்துல படிக்குதுங்க. இல்லாட் இந்த விலைவாசில கட்டுப்படியாகுமா கடவுளும் இது மாதிரி நல்லவங்க மூலம எங்களுக்கு வேலை கிடைக்க செய்றாரு என்று மனமுருகுகிறாள் வீட்டு வேலை செய்யும் முனியம்மா.

ஒரு பெண்ணுக்கு வேலை தருவது நம் வேலைச் சுமையைக் குறைப்பதோடு அவர்களுக்கும் வாழ்வளிக்கிறதே!

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்





நீதி!

இறைவன் பணம்
வைத்திருப்பவர்களை
உருவாக்குவதே,
அவர்கள் பண வசதி
குறைந்தவர்களுக்கு
வழி காட்டுவார்கள்
என்ற நம்பிக்கையில்
தானோ!

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 13



நீதி!

இறைவன் பணம்
வைத்திருப்பவர்களை
உருவாக்குவதே,
அவர்கள் பண வசதி
குறைந்தவர்களுக்கு
வழி காட்டுவார்கள்
என்ற நம்பிக்கையில்
தானோ!

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

பொங்குமே புதிய உற்சாகம்!



பாரதிக்கு, விதவிதமாகச் சமைப்பதில் மகிழ்ச்சி. வீட்டு வேலைக்கு மட்டும் பணியாள் போட்டு விட்டாள். "எல்லாவற்றையும் நானே செய்ய வேண்டும் என்றால், நிறைய்ய்ய்..ய வேலை செய்திருக்கலாம்; ஆனால் நிறைவான வேலை செய்திருக்கிறேனா என்ற கேள்வி தோன்றும்" என்கிறாள். தஞ்சாவூர் ஓவியக் கலையை வளர்த்துக் கொண்டதில், அவளது அஷ்ட லக்ஷ்மி ஓவியத்தை எட்டாயிரம் ரூபாய்க்கு விற்றிருக்கிறாள். புதியவை வாழ்க்கையின் அங்கமாகும்போது, புதிய உற்சாகம் பொங்கத் தானே செய்யும்?

14 Supplement to Mangayar Malar March 2010

பொங்குமே புதிய உற்சாகம்!



பாரதிக்கு, விதவிதமாகச் சமைப்பதில் மகிழ்ச்சி. வீட்டு வேலைக்கு மட்டும் பணியாள் போட்டு விட்டாள். "எல்லாவற்றையும் நானே செய்ய வேண்டும் என்றால், நிறைய்ய்ய்..ய வேலை செய்திருக்கலாம்; ஆனால் நிறைவான வேலை செய்திருக்கிறேனா என்ற கேள்வி தோன்றும்" என்கிறாள். தஞ்சாவூர் ஓவியக் கலையை வளர்த்துக் கொண்டதில், அவளது அஷ்ட லக்ஷ்மி ஓவியத்தை எட்டாயிரம் ரூபாய்க்கு விற்றிருக்கிறாள். புதியவை வாழ்க்கையின் அங்கமாகும்போது, புதிய உற்சாகம் பொங்கத் தானே செய்யும்?

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

தவிர்க்கக் கூடிய செயல்கள் தவிர்க்கப்படும்போது, வேண்டியவற்றை செய்ய நிறைய நேரம் கிடைக்கிறது; அந்த வெற்றியில் நமக்குப் பெருமை தோன்றுகிறது.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 15

நீதி!

தவிர்க்கக் கூடிய செயல்கள் தவிர்க்கப்படும்போது, வேண்டியவற்றை செய்ய நிறைய நேரம் கிடைக்கிறது; அந்த வெற்றியில் நமக்குப் பெருமை தோன்றுகிறது.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

ஒலிக்கட்டும் உரிமைக் குரல்!



காயத்ரி, வங்கியில் வேலை பார்த்தாள். குடு
பம் விரிவடைந்த பிறகு, பகுதி நேர வேலை
தவிர நிறைய வீட்டுப் பொறுப்புகள். காரை சர்வீ
செய்து வாங்குவது, சரியான தேதியில் கட
தவணை மற்றும் வருமான வரி கட்டுவது
இப்படி பல விஷயங்கள். இதனால் பெண்ண
னவள் திறனும் அறிவும் கொண்டவள் என்பதை
வெளியுலகம் புரிந்து கொள்கிறது. "பெண்க
சம உரிமை பெற இன்னும் ஐந்நூறு ஆண்டுக
ஆகும் என்று ஐ.நா கணக்கெடுப்பு கூறுகிறத
அது என்னால் தாமதமாவதை அனுமதிக்
மாட்டேன்" என்பது காயத்ரியின் உறு
மொழி.

16 Supplement to Mangayar Malar March 2010

ஒலிக்கட்டும் உரிமைக் குரல்!



காயத்ரி, வங்கியில் வேலை பார்த்தா
குடும் பம் விரிவடைந்த பிறகு, பகுதி நே
வேலை தவிர நிறைய வீட்டுப் பொறுப்புக
காரை சர்வீஸ் செய்து வாங்குவது, சரியா
தேதியில் கடன் தவணை மற்றும் வருமா
வரி கட்டுவது - இப்படி பல விஷயங்க
இதனால் பெண்ணா னவள் திறனும் அறிவு
கொண்டவள் என்பதை வெளியுலகம் புரிந்
கொள்கிறது. "பெண்கள் சம உரிமை பெ
இன்னும் ஐந்நூறு ஆண்டுகள் ஆகும் என்
ஐ.நா கணக்கெடுப்பு கூறுகிறது. அ
என்னால் தாமதமாவதை அனுமதிக்
மாட்டேன்" என்பது காயத்ரியின் உறு
மொழி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

நீதி!

சமஉரிமை
பெற
முக்கியமான வழி,
அதைப் பெறுவதற்குத்
தகுதியானவர்களாக
நம்மை உயர்த்திக்
கொள்வது;
பெண்ணுரிமை பெற
குரலைவிட
செயலுக்கே சக்தி
அதிகம்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் டூ!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 17

நீதி!

சமஉரிமை
பெற
முக்கியமான வழி,
அதைப் பெறுவதற்குத்
தகுதியானவர்களாக
நம்மை உயர்த்திக்
கொள்வது;
பெண்ணுரிமை பெற
குரலைவிட
செயலுக்கே சக்தி
அதிகம்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் டூ!

மனதில் உறுதி வேண்டும்!



அரவாணியரில் வெற்றி கண்டவர் ரோஸ். பொதுவாக இச்சமூகத்தில் பெண்களுக்கே உயர்வும் உரிமையும் கேளாமல் கொடுக்கப்படுவதில்லை. இந்நிலையில், மூன்றாவது இனமாக உலகம் பழிக்கும் நிலையைத் தாண்டி, பொறியியல் பட்டம், அமெரிக்காவில் எம்.எஸ். பட்டம், தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சி நடத்தும் வாய்ப்பு போன்றவை எல்லாம் ரோஜா மெத்தைபோல சுலபமாகவா கிடைத்திருக்கும்? மன உறுதி இருந்தால், போராட்டங்களைத் தாண்டி தரமான வாழ்க்கை வாழ முடியும் என்பதற்கு திருநங்கை ரோஸ் சிறந்த எடுத்துக்காட்டு.

18 Supplement to Mangayar Malar March 2010

மனதில் உறுதி வேண்டும்!



அரவாணியரில் வெற்றி கண்டவர் ரோஸ். பொதுவாக இச்சமூகத்தில் பெண்களுக்கே உயர்வும் உரிமையும் கேளாமல் கொடுக்கப்படுவதில்லை. இந்நிலையில், மூன்றாவது இனமாக உலகம் பழிக்கும் நிலையைத் தாண்டி, பொறியியல் பட்டம், அமெரிக்காவில் எம்.எஸ். பட்டம், தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சி நடத்தும் வாய்ப்பு போன்றவை எல்லாம் ரோஜா மெத்தைபோல சுலபமாகவா கிடைத்திருக்கும்? மன உறுதி இருந்தால், போராட்டங்களைத் தாண்டி தரமான வாழ்க்கை வாழ முடியும் என்பதற்கு திருநங்கை ரோஸ் சிறந்த எடுத்துக்காட்டு.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

பெண்கள்
தன்னம்பிக்கை
யுடன் கூடிய
வெற்றிப் பயணத்தில்
செல்ல முனைந்தால்,
விடா முயற்சியே ஒரே
வழி! மன உறுதி
இருந்தால் பெண்
விடுதலைப்
போராட்டங்களுக்கு
தேவையே
இருக்காது.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 19

நீதி!

பெண்கள்
தன்னம்பிக்கை
யுடன் கூடிய
வெற்றிப் பயணத்தில்
செல்ல முனைந்தால்,
விடா முயற்சியே ஒரே
வழி! மன உறுதி
இருந்தால் பெண்
விடுதலைப்
போராட்டங்களுக்கு
தேவையே
இருக்காது.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

உயர ஊக்கம் கொடுங்க!



லக்ஷ்மியின் சமையல் மற்றும் பொடி, ஊறுகாய் வகைகளுக்கு ஏக டிமாண்ட். வெளிநாட்டுக்கும் ஏற்றுமதி செய்கிறார். லக்ஷ்மியின் குழந்தைகள், பள்ளிக்குச் செல்லும்போது கூடுதல் வருமானத் துக்காக தொடங்கிய வேலை இன்று, பேரன் பேத்தி எடுத்த பிறகும் தொடர்ந்து கொண்டிருக் கிறது. வேலை பார்க்கும் பெண்களுக்கு இவரது சேவை வரபிரசாதம்; இவருக்கோ அந்தப் பெண்களுக்கு உதவுவதில் திருப்தி. ''திறமையை வீணடிக்கும் பெண்களைப் பார்க்கையில், படித்துப் பட்டம் பெறுவதும், கலைகளைக் கற்பதும், கல்யாண மார்க் கெட்டில் நல்ல மாப்பிள்ளை பெறுவதற்கு தானோ என்று தோன்றுகிறது'' என்கிறார்.

20 Supplement to Mangayar Malar March 2010

உயர ஊக்கம் கொடுங்க!



லக்ஷ்மியின் சமையல் மற்றும் பொடி, ஊறுகாய் வகைகளுக்கு ஏக டிமாண்ட். வெளிநாட்டுக்கும் ஏற்றுமதி செய்கிறார். லக்ஷ்மியின் குழந்தைகள், பள்ளிக்குச் செல்லும்போது கூடுதல் வருமானத் துக்காக தொடங்கிய வேலை இன்று, பேரன் பேத்தி எடுத்த பிறகும் தொடர்ந்து கொண்டிருக் கிறது. வேலை பார்க்கும் பெண்களுக்கு இவரது சேவை வரபிரசாதம்; இவருக்கோ அந்தப் பெண்களுக்கு உதவுவதில் திருப்தி. ''திறமையை வீணடிக்கும் பெண்களைப் பார்க்கையில், படித்துப் பட்டம் பெறுவதும், கலைகளைக் கற்பதும், கல்யாண மார்க் கெட்டில் நல்ல மாப்பிள்ளை பெறுவதற்கு தானோ என்று தோன்றுகிறது'' என்கிறார்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

குடும்பம்
தன்னை ஊக்குவிக்க
வேண்டும் என்பது
சராசரி எண்ணம்;
பிறருக்குத் தான்
ஊக்கமாய்
இருக்கும்படி வாழ்வது
உயர்நிலை.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 21

நீதி!

குடும்பம்
தன்னை ஊக்குவிக்க
வேண்டும் என்பது
சராசரி எண்ணம்;
பிறருக்குத் தான்
ஊக்கமாய்
இருக்கும்படி வாழ்வது
உயர்நிலை.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

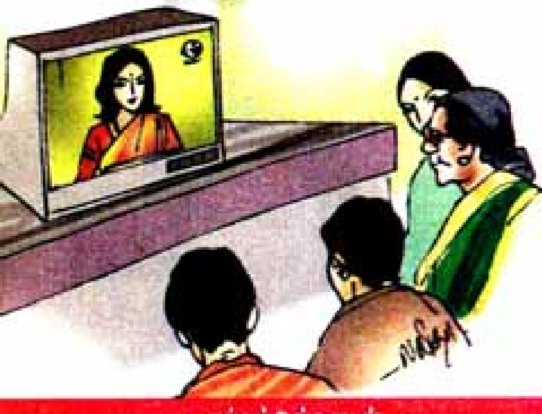
ஸ்...ஸ்பெஷல் மருமகள்!



பணவசதி பெற்ற குடும்பத்தில் கலா நடுத்தர குடும்பத்திலிருந்து வாழ்க்கைப்பட்டாள். அதே குடும்பத்தில் சாந்தி என்ற பெண் பணக்காரக் குடும்பத்திலிருந்து வாழ்க்கைப் பட்டிருந்தாள். மாமியாருக்கு சாந்தி என்றால் பிரத்யேகக் கவனிப்பு. தேவையற்ற பேச்சுகளையும் சிந்தனைகளையும் தவிர்க்க வேண்டி கலா, தொலைக்காட்சி சானலில் செய்திகள் வாசிக்கத் தொடங்கினாள். இப்போது கலாவை அனைவருக்கும் தெரிந்தது. இவளை மதிக்காத குடும்பத்தினர் (கணவர் உட்பட), கலாவின் பெருமையில் மகிழ்ச்சி அடைகின்றனர். அவளும் 'ஸ்பெஷல்' மருமகளாகிவிட்டாள்.

22 Supplement to Mangayar Malar March 2010

ஸ்...ஸ்பெஷல் மருமகள்!



பணவசதி பெற்ற குடும்பத்தில் கலா நடுத்தர குடும்பத்திலிருந்து வாழ்க்கைப்பட்டாள். அதே குடும்பத்தில் சாந்தி என்ற பெண் பணக்காரக் குடும்பத்திலிருந்து வாழ்க்கைப் பட்டிருந்தாள். மாமியாருக்கு சாந்தி என்றால் பிரத்யேகக் கவனிப்பு. தேவையற்ற பேச்சுகளையும் சிந்தனைகளையும் தவிர்க்க வேண்டி கலா, தொலைக்காட்சி சானலில் செய்திகள் வாசிக்கத் தொடங்கினாள். இப்போது கலாவை அனைவருக்கும் தெரிந்தது. இவளை மதிக்காத குடும்பத்தினர் (கணவர் உட்பட), கலாவின் பெருமையில் மகிழ்ச்சி அடைகின்றனர். அவளும் 'ஸ்பெஷல்' மருமகளாகிவிட்டாள்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

புகுந்த வீடால்
நமக்கு மகிழ்ச்சி
கிடைப்பது நம் வசம்
இல்லாமல்
இருக்கலாம்; ஆனால்
நம்மால் நமக்கும்
மற்றவர்க்கும்
மகிழ்ச்சியும் உயர்வும்
ஏற்படுவது நம்
வசமே!



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 23

நீதி!

புகுந்த வீடால்
நமக்கு மகிழ்ச்சி
கிடைப்பது நம் வசம்
இல்லாமல்
இருக்கலாம்; ஆனால்
நம்மால் நமக்கும்
மற்றவர்க்கும்
மகிழ்ச்சியும் உயர்வும்
ஏற்படுவது நம்
வசமே!



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

நீங்க தான் ரோல் மாடல்!



ராதா, ஓய்வு நேரத்தில் நாடகங்களுக்கும் தொலைக்காட்சித் தொடர்களுக்கும் கதை, வசனம் எழுதுவதில் பிஸியாகிவிடுகிறாள். மாலை பள்ளியிலிருந்து குழந்தைகளை அழைத்துக் கொண்டு வருகிறாள். அவள் பிள்ளைகளுக்கு, அம்மா பெருமை அதிகம். பிரபலங்களோடு அம்மா பேசுவதும், தொலைக்காட்சியில் அவள் பெயர் வருவதும் குஷியான விஷயம். பள்ளியில் நடக்கும் போட்டிகளுக்கு அம்மாவை நடுவராக கூப்பிட்டால் பிள்ளைகளுக்கு ஏகப் பெருமை. தங்களுக்குப் பிடித்ததைச் செய்வதால், அம்மாவை நச்சரிப்பதில்லையாம்.

24 Supplement to Mangayar Malar March 2010

நீங்க தான் ரோல் மாடல்!



ராதா, ஓய்வு நேரத்தில் நாடகங்களுக்கும் தொலைக்காட்சித் தொடர்களுக்கும் கதை, வசனம் எழுதுவதில் பிஸியாகிவிடுகிறாள். மாலை பள்ளியிலிருந்து குழந்தைகளை அழைத்துக் கொண்டு வருகிறாள். அவள் பிள்ளைகளுக்கு, அம்மா பெருமை அதிகம். பிரபலங்களோடு அம்மா பேசுவதும், தொலைக்காட்சியில் அவள் பெயர் வருவதும் குஷியான விஷயம். பள்ளியில் நடக்கும் போட்டிகளுக்கு அம்மாவை நடுவராக கூப்பிட்டால் பிள்ளைகளுக்கு ஏகப் பெருமை. தங்களுக்குப் பிடித்ததைச் செய்வதால், அம்மாவை நச்சரிப்பதில்லையாம்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



நீதி!

அன்பான அம்மா, 'சூப்பர் மாம்'ஆகவும் இருந்தால், அவளது வாழ்க்கை, வளரும் பிள்ளைகளுக்கு சிறந்த எடுத்துக்காட்டாக அமைகிறது.

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 25

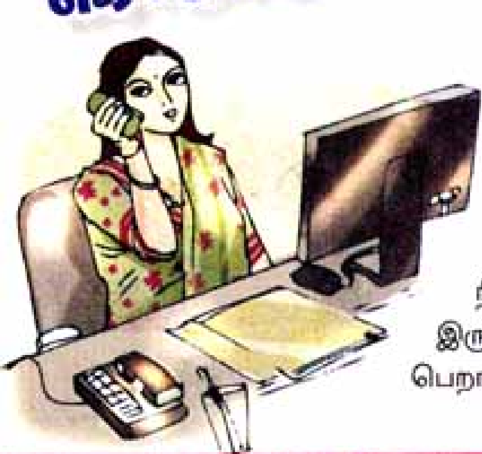


நீதி!

அன்பான அம்மா, 'சூப்பர் மாம்'ஆகவும் இருந்தால், அவளது வாழ்க்கை, வளரும் பிள்ளைகளுக்கு சிறந்த எடுத்துக்காட்டாக அமைகிறது.

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

தோள் கொடுக்கும் தோழி!



ஹோம்-மேக்கராக இருந்த வித்ய கணவர் வியாபாரத்தில் திண்டாடியபோ அவருக்கு உதவத் தொடங்கினாள். இப்போ வாடிக்கையாளர்களோடு பேசுவது, கண இல்லாதபோது நிர்வாகத்தைக் கவனிப்பது என் அவளது பங்கு அதிகரித்துக் கொண்டே போகிற குழந்தைகளைக் கவனிக்க வேண்டும் என் பொறுப்பு இருந்தாலும், கணவருக்கும் பெரி பலமாக இருந்து வருகிறாள் வித்யா. ''வீட்டிலு நிர்வாகத்திலும் செய்ய வேண்டியது இன்னும் நிறை இருக்கிறது'' என்கிறாள் இந்த மேனேஜ்மென்ட் பட்ட பெறாத நிர்வாகி.

26 Supplement to Mangayar Malar March 2010

தோள் கொடுக்கும் தோழி!



ஹோம்-மேக்கராக இருந்த வித்ய கணவர் வியாபாரத்தில் திண்டாடியபோ அவருக்கு உதவத் தொடங்கினாள். இப்போ வாடிக்கையாளர்களோடு பேசுவது, கண இல்லாதபோது நிர்வாகத்தைக் கவனிப்பது என் அவளது பங்கு அதிகரித்துக் கொண்டே போகிற குழந்தைகளைக் கவனிக்க வேண்டும் என் பொறுப்பு இருந்தாலும், கணவருக்கும் பெரி பலமாக இருந்து வருகிறாள் வித்யா. ''வீட்டிலு நிர்வாகத்திலும் செய்ய வேண்டியது இன்னும் நிறை இருக்கிறது'' என்கிறாள் இந்த மேனேஜ்மென்ட் பட்ட பெறாத நிர்வாகி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

நீதி!

மனைவி, தாய்,
மருமகள், மகள்
போன்ற பாத்திரங்களை
ஏற்றிருக்கும் பெண்,
இந்தத் தலைமுறையில்
கணவரின் சுக,
துக்கங்களைப் பகிரும்
நல்ல தோழியும்
ஆகிறாள்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!



Supplement to Mangayar Malar March 2010 27

நீதி!

மனைவி, தாய்,
மருமகள், மகள்
போன்ற பாத்திரங்களை
ஏற்றிருக்கும் பெண்,
இந்தத் தலைமுறையில்
கணவரின் சுக,
துக்கங்களைப் பகிரும்
நல்ல தோழியும்
ஆகிறாள்.

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

அரவணைக்கும் அன்புக் கரம்!



பூர்ணிமாவின் வேலை நேரம் காலை
பதினொரு மணி முதல் மாலை ஐந்து மணி வரை
பிள்ளைகள், பள்ளியிலிருந்து வந்ததும் பா
குடித்து, வீட்டுப் பாடங்களைச் செய்து, வீட்டை
பூட்டிக்கொண்டு விளையாடப் போவார்கள். ய
வந்தால் கதவைத் திறக்க வேண்டும், தொலை
பேசியில் என்ன பதில் சொல்ல வேண்டும் போன்
வற்றை அவர்களுக்கு அழகாக சொல்லித் தந்திரு
கிறாள். குழந்தைகளின் செயலுக்கேற்ப அவ
களுக்கு அவ்வப்போது பரிசும் தருகிறாள். அந்த
குழந்தைகளின் புன்னகைதான் அவளுக்கு மாலை
நேர டானிக்.

28 Supplement to Mangayar Malar March 2010

அரவணைக்கும் அன்புக் கரம்!



பூர்ணிமாவின் வேலை நேரம் காலை
பதினொரு மணி முதல் மாலை ஐந்து மணி வரை
பிள்ளைகள், பள்ளியிலிருந்து வந்ததும் பா
குடித்து, வீட்டுப் பாடங்களைச் செய்து, வீட்டை
பூட்டிக்கொண்டு விளையாடப் போவார்கள். ய
வந்தால் கதவைத் திறக்க வேண்டும், தொலை
பேசியில் என்ன பதில் சொல்ல வேண்டும் போன்
வற்றை அவர்களுக்கு அழகாக சொல்லித் தந்திரு
கிறாள். குழந்தைகளின் செயலுக்கேற்ப அவ
களுக்கு அவ்வப்போது பரிசும் தருகிறாள். அந்த
குழந்தைகளின் புன்னகைதான் அவளுக்கு மாலை
நேர டானிக்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

நீதி!

பிள்ளை
களுக்கு
வாய்ப்பினைத்
தந்துவிட்டு,
தேவைப்படும்போது
மட்டும் அன்புக்
கரமும் தோளும்
கொடுத்தால், அந்தப்
பொறுப்பும்
தன்னம்பிக்கையுமே
அவர்களை உரு
வாக்கிவிடும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 29

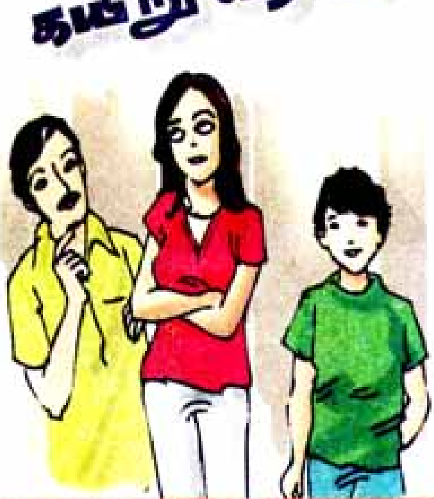
நீதி!

பிள்ளை
களுக்கு
வாய்ப்பினைத்
தந்துவிட்டு,
தேவைப்படும்போது
மட்டும் அன்புக்
கரமும் தோளும்
கொடுத்தால், அந்தப்
பொறுப்பும்
தன்னம்பிக்கையுமே
அவர்களை உரு
வாக்கிவிடும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

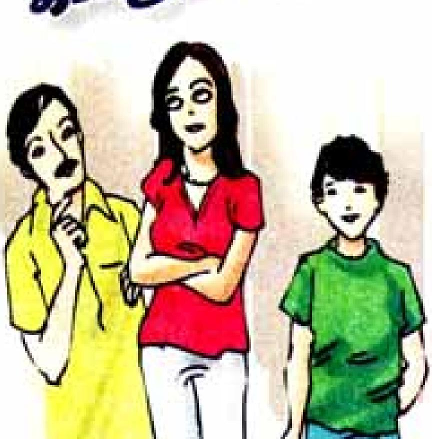
கயிறு வித்தை!



மீரா, ஹோம் மேக்கராக இருந்தாலும் அவளிடம் எந்த உதவியையும் அவளது குடும்பத்தினர் எதிர் பார்ப்பதில்லை. காரணம், அவள் சகலகலா வல்லி! தையல் வேலை, நடன நிகழ்ச்சிகள், அவள் குடியிருக்கும் ஃப்ளாட்டின் கமிட்டி பொறுப்பு என்று எப்போதும் ஓடிக் கொண்டிருப்பாள். மெகா சீரியல், தோழிகளோடு அரட்டை இதற்கெல்லாம் சான்ஸே இல்லை; அதே நேரம் ''வீட்டைப் பார்க்காமல் என்ன செய்கிறாய்?'' என்று குற்றமும் கண்டுபிடிக்க முடியாது. 'திட்டமிட்டுச் செய்தால் முழுமையான வாழ்க்கை வாழமுடியும்' என்ற மீராவின் கொள்கை பின்பற்றவேண்டிய ஒன்று!

30 Supplement to Mangayar Malar March 2010

கயிறு வித்தை!



மீரா, ஹோம் மேக்கராக இருந்தாலும் அவளிடம் எந்த உதவியையும் அவளது குடும்பத்தினர் எதிர் பார்ப்பதில்லை. காரணம், அவள் சகலகலா வல்லி! தையல் வேலை, நடன நிகழ்ச்சிகள், அவள் குடியிருக்கும் ஃப்ளாட்டின் கமிட்டி பொறுப்பு என்று எப்போதும் ஓடிக் கொண்டிருப்பாள். மெகா சீரியல், தோழிகளோடு அரட்டை இதற்கெல்லாம் சான்ஸே இல்லை; அதே நேரம் ''வீட்டைப் பார்க்காமல் என்ன செய்கிறாய்?'' என்று குற்றமும் கண்டுபிடிக்க முடியாது. 'திட்டமிட்டுச் செய்தால் முழுமையான வாழ்க்கை வாழமுடியும்' என்ற மீராவின் கொள்கை பின்பற்றவேண்டிய ஒன்று!

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

நீதி!

குடும்பப்
பொறுப்பையும்,
சொந்த
ஆர்வங்களையும்,
கயிற்றின் மேல்
நடக்கும்
வித்தைக்காரிபோல
சமாளிக்கப் பழகிக்
கொண்டால்,
வாழ்க்கை
ருசிக்கும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 31

நீதி!

குடும்பப்
பொறுப்பையும்,
சொந்த
ஆர்வங்களையும்,
கயிற்றின் மேல்
நடக்கும்
வித்தைக்காரிபோல
சமாளிக்கப் பழகிக்
கொண்டால்,
வாழ்க்கை
ருசிக்கும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

இளமை இதோ..இதோ!



கீதா, முழு நேர ஹோம்-மேக்கராக இருந்த போது, உடல் பருத்து நைட்டியும், எண்ணெய் வழியும் முகமுமாகவே இருந்தாள். தன்னைப் பற்றி உணர்ந்தபோது என்ன செய்யலாம் என்று யோசித்தாள். பேசும் திறன் இருந்ததால், காப்பீட்டு ஏஜென்ட் ஆனாள். அதன்பின் நேர்த்தியாக உடை அணியத் தொடங்கினாள். உடற் பயிற்சியும் சரியான உணவும் வாழ்க்கையின் முக்கிய அங்கமானது. முகம் புன்னகையால் பொலிவானது. மனத்தால் உடலும், உடலால் மனதும் இளமையானது. இப்போதெல்லாம் கணவர் வீடு திரும்பும் போது, அல்வாவும் மல்லிகைப் பூவும் வாங்கி வருவது அதிகமாகிவிட்டது.

32 Supplement to Mangayar Malar March 2010

இளமை இதோ..இதோ!



கீதா, முழு நேர ஹோம்-மேக்கராக இருந்த போது, உடல் பருத்து நைட்டியும், எண்ணெய் வழியும் முகமுமாகவே இருந்தாள். தன்னைப் பற்றி உணர்ந்தபோது என்ன செய்யலாம் என்று யோசித்தாள். பேசும் திறன் இருந்ததால், காப்பீட்டு ஏஜென்ட் ஆனாள். அதன்பின் நேர்த்தியாக உடை அணியத் தொடங்கினாள். உடற் பயிற்சியும் சரியான உணவும் வாழ்க்கையின் முக்கிய அங்கமானது. முகம் புன்னகையால் பொலிவானது. மனத்தால் உடலும், உடலால் மனதும் இளமையானது. இப்போதெல்லாம் கணவர் வீடு திரும்பும் போது, அல்வாவும் மல்லிகைப் பூவும் வாங்கி வருவது அதிகமாகிவிட்டது.

என்றும் உங்களுடன் மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்



Supplement to Mangayar Malar March 2010 33



பிடிச்சதை செய்யுங்களேன்!



சந்தியாவுக்கு, பொழுது விடிந்தாலே வீட்டு வேலை பற்றிய சிந்தனைதான். குடும்பத்துக்கு செய்வதில் மகிழ்ச்சி என்றாலும், அலுப்பு தட்டுவதுண்டு. புடைவைகள், துணிமணிகள் டிஸைன் செய்து விற்பனை தொடங்கியதி லிருந்து, ஒரு புது உற்சாகம். டிசைன் செய்வதால் சந்தியாவுக்கு தினமும் ஒரு சக்தி தவழ்கிறது. இதனால் வேலையின் தரமும் உயர்ந்திருக்கிறது என்பது அவள் வாக்குமூலம். பிடித்ததை செய்பவர்களை இதய நோய் அண்டாதாமே!

34 Supplement to Mangayar Malar March 2010

பிடிச்சதை செய்யுங்களேன்!



சந்தியாவுக்கு, பொழுது விடிந்தாலே வீட்டு வேலை பற்றிய சிந்தனைதான். குடும்பத்துக்கு செய்வதில் மகிழ்ச்சி என்றாலும், அலுப்பு தட்டுவதுண்டு. புடைவைகள், துணிமணிகள் டிஸைன் செய்து விற்பனை தொடங்கியதி லிருந்து, ஒரு புது உற்சாகம். டிசைன் செய்வதால் சந்தியாவுக்கு தினமும் ஒரு சக்தி தவழ்கிறது. இதனால் வேலையின் தரமும் உயர்ந்திருக்கிறது என்பது அவள் வாக்குமூலம். பிடித்ததை செய்பவர்களை இதய நோய் அண்டாதாமே!

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

குடும்பத் தலைவி விடியலை ஆவலோடு எதிர் நோக்குகிறாள் என்றால், பயனுள்ள வேலைகள் மட்டுமல்லாது, பிடித்த விஷயங்களையும் செய்கிறாள் என்று அர்த்தம்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 35

நீதி!

குடும்பத் தலைவி விடியலை ஆவலோடு எதிர் நோக்குகிறாள் என்றால், பயனுள்ள வேலைகள் மட்டுமல்லாது, பிடித்த விஷயங்களையும் செய்கிறாள் என்று அர்த்தம்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

முகவரி தரும் தன்னம்பிக்கை!



ராஜிக்கு, கணவர் இறந்து, பத்து வயது மகனோடு தனியே நிற்கும் சூழ்நிலை ஏற்பட்டது. சமையல், டெய்லரிங் செய்து வாழத் துணிந்தது அவள் குருட்டு தைரியத்தில்தான். ஆனால் அது தன்னம்பிக்கையாக மாறியது. சுய தொழில் செய்து, பொருள் ஈட்டினாள். வாடிக்கையாளரின் அன்பையும் மரியாதையையும் நிறையவே சம்பாதித்திருக்கும் இவள், பெரிய வெகுமதியாகக் கருதுவது தன்னம்பிக்கையைத்தான். ''தன்னம்பிக்கை என்பது, பிறர் தந்து வருவதில்லை, நமக்குள் இயல்பாக வளர்ப்பது'' என்பது இவரது விளக்கம்.

36 Supplement to Mangayar Malar March 2010

முகவரி தரும் தன்னம்பிக்கை!



ராஜிக்கு, கணவர் இறந்து, பத்து வயது மகனோடு தனியே நிற்கும் சூழ்நிலை ஏற்பட்டது. சமையல், டெய்லரிங் செய்து வாழத் துணிந்தது அவள் குருட்டு தைரியத்தில்தான். ஆனால் அது தன்னம்பிக்கையாக மாறியது. சுய தொழில் செய்து, பொருள் ஈட்டினாள். வாடிக்கையாளரின் அன்பையும் மரியாதையையும் நிறையவே சம்பாதித்திருக்கும் இவள், பெரிய வெகுமதியாகக் கருதுவது தன்னம்பிக்கையைத்தான். ''தன்னம்பிக்கை என்பது, பிறர் தந்து வருவதில்லை, நமக்குள் இயல்பாக வளர்ப்பது'' என்பது இவரது விளக்கம்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 37

நீதி!

நமக்கென
முகவரி
கிடைக்கையில்
தன்னம்பிக்கை
பிறக்கிறது;
தன்னம்பிக்கையை
வளர்த்துக் கொள்ளும்
போது வாழ்க்கை மீது
நம்பிக்கை
பிறக்கிறது.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

ஷார்ப்பர்... ஸ்வீட்டர்!



சுஜிதா, தன் குழந்தைகளுக்கு கற்பனை சக்தியோடு புதுப்புது விஷயங்களை சுவாரஸ்யமாகக் கற்றுத் தருவாள். அதை விரிவுபடுத்த, கே.ஜி குழந்தைகளுக் குப் பாடம் சொல்லித் தரத் தொடங்கினாள். அவர் களுக்காக நிறைய புத்தகங்களைப் படித்தும், இணைய தளத்தைப் பார்த்தும் புதிதாகக் கற்றுக் கொண்டாள்.

"எனக்கு என்ன தெரியும்?" என்று கட்டுப்பட்டியாக அலுத்துக் கொள்ளும் அம்மாக்கள் அவளிடம் போனால் தாயின் சிந்தனைத் திறன் விரிவடைவது அவசியம் என்பதை உணர்த்தி அனுப்புவாள். குழந்தைகளின் மூளையின் உபயோகப்படாத படங் களைத் தூண்டிவிடுவது ஒரு தாயின் கடமை என்பதைப் புரிந்து கொண்டுவிட்டாலே, தூள் தானே!

38 Supplement to Mangayar Malar March 2010

ஷார்ப்பர்... ஸ்வீட்டர்!



சுஜிதா, தன் குழந்தைகளுக்கு கற்பனை சக்தியோடு புதுப்புது விஷயங்களை சுவாரஸ்யமாகக் கற்றுத் தருவாள். அதை விரிவுபடுத்த, கே.ஜி குழந்தைகளுக் குப் பாடம் சொல்லித் தரத் தொடங்கினாள். அவர் களுக்காக நிறைய புத்தகங்களைப் படித்தும், இணைய தளத்தைப் பார்த்தும் புதிதாகக் கற்றுக் கொண்டாள்.

"எனக்கு என்ன தெரியும்?" என்று கட்டுப்பட்டியாக அலுத்துக் கொள்ளும் அம்மாக்கள் அவளிடம் போனால் தாயின் சிந்தனைத் திறன் விரிவடைவது அவசியம் என்பதை உணர்த்தி அனுப்புவாள். குழந்தைகளின் மூளையின் உபயோகப்படாத படங் களைத் தூண்டிவிடுவது ஒரு தாயின் கடமை என்பதைப் புரிந்து கொண்டுவிட்டாலே, தூள் தானே!

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

உடலால்
நிறைய
வேலை செய்யும்
குடும்பத் தலைவிகள்,
மூளைக்கும் அதிக
வேலை கொடுக்க
முனைந்து விட்டால்,
ஆகிடலாம் 'ஷார்ப்பர்';
அதனால்,
பிள்ளைகளோடு
பந்தமும் ஆகிடும்
'ஸ்வீட்டர்'.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 39

நீதி!

உடலால்
நிறைய
வேலை செய்யும்
குடும்பத் தலைவிகள்,
மூளைக்கும் அதிக
வேலை கொடுக்க
முனைந்து விட்டால்,
ஆகிடலாம் 'ஷார்ப்பர்';
அதனால்,
பிள்ளைகளோடு
பந்தமும் ஆகிடும்
'ஸ்வீட்டர்'.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

மன உளைச்சலை விரட்டுங்க!



மீனாவின் மாமியார், பல வருடங்களாகப் படுத்த படுக்கையாக இருப்பதால் மீனாவால் எங்குமே அசைய முடியாது. அக்கவுன்டன்ஸியில் கல்லூரியில் முதலாக வந்து, 'அக்கவுண்ட்ஸ் புலி மீனா' என்று பெயர் வாங்கியவள். அதனால் கிடைத்த நேரத்தில் மாணவர்களுக்குப் பாடம் நடத்துகிறாள். அவர்கள் நூற்றுக்கு நூறு வாங்கும்போதெல்லாம், தன் வாழ்க்கையில் சதம் பெற்ற முழுமை உணர்ச்சி அவளுக்கு. மீனாவிடம் படித்து நல்ல நிலைக்கு வந்தவர்கள், அவளைத் தேடி பரிசோடு வரும் போதோ டபுள் ஸெஞ்சுரி அடித்த குஷி.

40 Supplement to Mangayar Malar March 2010

மன உளைச்சலை விரட்டுங்க!



மீனாவின் மாமியார், பல வருடங்களாகப் படுத்த படுக்கையாக இருப்பதால் மீனாவால் எங்குமே அசைய முடியாது. அக்கவுன்டன்ஸியில் கல்லூரியில் முதலாக வந்து, 'அக்கவுண்ட்ஸ் புலி மீனா' என்று பெயர் வாங்கியவள். அதனால் கிடைத்த நேரத்தில் மாணவர்களுக்குப் பாடம் நடத்துகிறாள். அவர்கள் நூற்றுக்கு நூறு வாங்கும்போதெல்லாம், தன் வாழ்க்கையில் சதம் பெற்ற முழுமை உணர்ச்சி அவளுக்கு. மீனாவிடம் படித்து நல்ல நிலைக்கு வந்தவர்கள், அவளைத் தேடி பரிசோடு வரும் போதோ டபுள் ஸெஞ்சுரி அடித்த குஷி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

தேவையற்ற
சிந்தனைகளும்
மன உளைச்சலும்
நம்மை
ஆக்ரமிக்காமல்
வெல்லக் கூடிய
சக்தி, ஆக்கப்
பூர்வமான
சிந்தனைக்கும்
செயலுக்கும்
மட்டுமே உண்டு.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 41

நீதி!

தேவையற்ற
சிந்தனைகளும்
மன உளைச்சலும்
நம்மை
ஆக்ரமிக்காமல்
வெல்லக் கூடிய
சக்தி, ஆக்கப்
பூர்வமான
சிந்தனைக்கும்
செயலுக்கும்
மட்டுமே உண்டு.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

குடும்ப சி.இ.ஓ!



ராதிகா ஓர் எழுத்தாளர். தன் கட்டுரையில், ''பிறப்பிலேயே பெண் என்பவள் ஒரு சி.இ.ஓ (CEO). குடும்பத்தினர் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதால் மனித வளம்(HR); குடும்பத்தினர் உடல் நலத்துக்குப் பாடுபடுவதால் சுகாதாரத் துறை (Health); பிள்ளைகளுக்கும் கணவருக்கும் பக்க பலமாக இருப்பதால் உற்பத்தித் துறை (Production); வரவு செலவு பார்ப்பதில் பொருளாதாரத் துறை(Finance); உற்றார் உறவுகளை கவனிப்பதில் வாடிக்கையாளர் திருப்தி (Customer service) இவ்வளவு திறமைகள் கொண்ட பெண்ணின் திறன், பன் மடங்கு வளராமல் அவள் வாய்ப்புகளைப் பறிக்கலாமா?'' என்று ஆணித்தரமாகக் கேட்கிறாள்.

42 Supplement to Mangayar Malar March 2010

குடும்ப சி.இ.ஓ!



ராதிகா ஓர் எழுத்தாளர். தன் கட்டுரையில், ''பிறப்பிலேயே பெண் என்பவள் ஒரு சி.இ.ஓ (CEO). குடும்பத்தினர் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதால் மனித வளம்(HR); குடும்பத்தினர் உடல் நலத்துக்குப் பாடுபடுவதால் சுகாதாரத் துறை (Health); பிள்ளைகளுக்கும் கணவருக்கும் பக்க பலமாக இருப்பதால் உற்பத்தித் துறை (Production); வரவு செலவு பார்ப்பதில் பொருளாதாரத் துறை(Finance); உற்றார் உறவுகளை கவனிப்பதில் வாடிக்கையாளர் திருப்தி (Customer service) இவ்வளவு திறமைகள் கொண்ட பெண்ணின் திறன், பன் மடங்கு வளராமல் அவள் வாய்ப்புகளைப் பறிக்கலாமா?'' என்று ஆணித்தரமாகக் கேட்கிறாள்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



Supplement to Mangayar Malar March 2010 43



மூத்தான முன்னுதாரணம்!



சாவித்ரி வைத்தி மற்றும் தோழிகள் ஒன்றாகக் கூடி அரட்டை அடித்துக் கொண்டிருந்தார்கள். அனைவரும் சேர்ந்து சமூக சேவை செய்தால் என்ன என்று யோசித்தார்கள். அந்த எண்ணம், வயதான பெண்களுக்கு ஓர் இல்லம் என சிறியதாகத் தொடங்கி, இன்று விஷ்ராந்தி என்ற ஆலமரமாய் வளர்ந்திருக்கிறது. ஆயிரக் கணக்கான வயதான பெண்களுக்கு அடைக்கலமாய் தங்கள் முயற்சி அமையும் என்று நினைத்துப் பார்த்திருப்பார்களா? இளகிய மனம், நினைத்ததை நடத்திக் காட்டும் வைராக்கியம் இரண்டும் சேர்ந்த சக்தி வாய்ந்த கலவைதான் பெண்!

44 Supplement to Mangayar Malar March 2010

மூத்தான முன்னுதாரணம்!



சாவித்ரி வைத்தி மற்றும் தோழிகள் ஒன்றாகக் கூடி அரட்டை அடித்துக் கொண்டிருந்தார்கள். அனைவரும் சேர்ந்து சமூக சேவை செய்தால் என்ன என்று யோசித்தார்கள். அந்த எண்ணம், வயதான பெண்களுக்கு ஓர் இல்லம் என சிறியதாகத் தொடங்கி, இன்று விஷ்ராந்தி என்ற ஆலமரமாய் வளர்ந்திருக்கிறது. ஆயிரக் கணக்கான வயதான பெண்களுக்கு அடைக்கலமாய் தங்கள் முயற்சி அமையும் என்று நினைத்துப் பார்த்திருப்பார்களா? இளகிய மனம், நினைத்ததை நடத்திக் காட்டும் வைராக்கியம் இரண்டும் சேர்ந்த சக்தி வாய்ந்த கலவைதான் பெண்!

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

வசதி படைத்த
பெண்கள்,
தங்களது
அற்புதமான
வாழ்க்கைக்கு
கடவுளுக்கு நன்றி
தெரிவிக்கும் விதமாக
சமூக சேவை
செய்யும்போது, மற்ற
பெண்களுக்கு சிறந்த
முன்னுதாரண
மாகிறார்கள்.



ஹோம் மேக்கர் பிளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 45

நீதி!

வசதி படைத்த
பெண்கள்,
தங்களது
அற்புதமான
வாழ்க்கைக்கு
கடவுளுக்கு நன்றி
தெரிவிக்கும் விதமாக
சமூக சேவை
செய்யும்போது, மற்ற
பெண்களுக்கு சிறந்த
முன்னுதாரண
மாகிறார்கள்.



ஹோம் மேக்கர் பிளஸ் 64!

டீ.வி.க்கு 'டூ'!



நாடே பிஸியாக இயங்கும் திங்களன்று காலை, தொலைக்காட்சி சானலுக்கு ஃபோன் செய்து, ''நான் லல்லி பேசறேன். ஹவுஸ் ஒய்ஃபா இருக்கேன். 'மன்மத ராசா' என்ற பாட்டை என் மாமியாருக்கு டெடிகேட் பண்ணணும்'' என்று கேட்டுக் கொண்டிருந்தவள்தான் லல்லி. இப்போது அடியோடு மாறிவிட்டாள். ஆபாச நடனங்கள், அழுகை சீரியல்கள் ஒளிபரப்பும் டீ.வி.யை தன் வாழ்க்கையிலிருந்தே ஒழித்து விட்டாள். நீதி மற்றும் புராணக் கதைகள் மீது இளம் தலைமுறைக்கு ஆர்வம் வளர்க்க, வாரத்தில் இரண்டு நாட்கள் அக்கம் பக்கத்துக் குழந்தைகளுக்கு இலவச வகுப்பு நடத்துகிறாள்.

46 Supplement to Mangayar Malar March 2010

டீ.வி.க்கு 'டூ'!



நாடே பிஸியாக இயங்கும் திங்களன்று காலை, தொலைக்காட்சி சானலுக்கு ஃபோன் செய்து, ''நான் லல்லி பேசறேன். ஹவுஸ் ஒய்ஃபா இருக்கேன். 'மன்மத ராசா' என்ற பாட்டை என் மாமியாருக்கு டெடிகேட் பண்ணணும்'' என்று கேட்டுக் கொண்டிருந்தவள்தான் லல்லி. இப்போது அடியோடு மாறிவிட்டாள். ஆபாச நடனங்கள், அழுகை சீரியல்கள் ஒளிபரப்பும் டீ.வி.யை தன் வாழ்க்கையிலிருந்தே ஒழித்து விட்டாள். நீதி மற்றும் புராணக் கதைகள் மீது இளம் தலைமுறைக்கு ஆர்வம் வளர்க்க, வாரத்தில் இரண்டு நாட்கள் அக்கம் பக்கத்துக் குழந்தைகளுக்கு இலவச வகுப்பு நடத்துகிறாள்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

தொல்லை
தரும்
தொலைக்காட்சியைத்
தொலைவில் வைக்க
வழி, ரிமோட்டோடு
'டூ' விட்டுவிட்டு,
மனதுக்கு
நெருக்கமான,
சுவாரஸ்யமான
எதையாவது
செய்வது.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 47

நீதி!

தொல்லை
தரும்
தொலைக்காட்சியைத்
தொலைவில் வைக்க
வழி, ரிமோட்டோடு
'டூ' விட்டுவிட்டு,
மனதுக்கு
நெருக்கமான,
சுவாரஸ்யமான
எதையாவது
செய்வது.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

மெச்சத் தகுந்த மெஜாரிட்டி!



பதர் சயீத், சம்பிரதாயங்களைப் பின்பற்றும் குடும்பத்தில் வளர்ந்தவர். திருமணமாகி எட்டு வருடங்களுக்குப் பிறகு, சட்டம் படித்தார். இன்று சிறந்த வழக்கறிஞர் மற்றும் திருவல்லிக்கேணி சட்ட மன்ற உறுப்பினர். கீழ் தட்டுப் பெண்களுக்காக கல்வியும் தொழிலும் கற்றுத் தரும் 'ரோஷ்னி' என்ற நிறுவனத்தை நடத்துகிறார். அற்புதமான குழந்தைகளை வளர்த்த தாயாகவும் மிளிர்கிறார். சமுதாயம், குடும்பம், சூழ்நிலை போன்ற காரணங்களைக் கூறி திறமையை வீணடிக்கும் பெண்கள்தான் இன்று மெஜாரிட்டி. இவரைப் போல் விடா முயற்சியும் தன்னம்பிக்கையும் கொண்டவர்கள் மெஜாரிட்டி ஆகும் காலம் வரும் நாளே இனிய நாள்.

48 Supplement to Mangayar Malar March 2010

மெச்சத் தகுந்த மெஜாரிட்டி!



பதர் சயீத், சம்பிரதாயங்களைப் பின்பற்றும் குடும்பத்தில் வளர்ந்தவர். திருமணமாகி எட்டு வருடங்களுக்குப் பிறகு, சட்டம் படித்தார். இன்று சிறந்த வழக்கறிஞர் மற்றும் திருவல்லிக்கேணி சட்ட மன்ற உறுப்பினர். கீழ் தட்டுப் பெண்களுக்காக கல்வியும் தொழிலும் கற்றுத் தரும் 'ரோஷ்னி' என்ற நிறுவனத்தை நடத்துகிறார். அற்புதமான குழந்தைகளை வளர்த்த தாயாகவும் மிளிர்கிறார். சமுதாயம், குடும்பம், சூழ்நிலை போன்ற காரணங்களைக் கூறி திறமையை வீணடிக்கும் பெண்கள்தான் இன்று மெஜாரிட்டி. இவரைப் போல் விடா முயற்சியும் தன்னம்பிக்கையும் கொண்டவர்கள் மெஜாரிட்டி ஆகும் காலம் வரும் நாளே இனிய நாள்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

மெஜாரிட்டி
அரசு, நல்ல
ஆட்சியை
நாட்டுக்குத் தர
முடியும்;
திறமைசாலிப்
பெண்கள் இச்
சமூகத்தில்
மெஜாரிட்டி
யானால், அடுத்தத்
தலைமுறையை
நல்லதாக்கி
உலகுக்குத் தர
முடியும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 49

நீதி!

மெஜாரிட்டி
அரசு, நல்ல
ஆட்சியை
நாட்டுக்குத் தர
முடியும்;
திறமைசாலிப்
பெண்கள் இச்
சமூகத்தில்
மெஜாரிட்டி
யானால், அடுத்தத்
தலைமுறையை
நல்லதாக்கி
உலகுக்குத் தர
முடியும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

மாற்றுங்க மனப்பான்மையை!



இந்துவுக்கு பெண் பிறந்ததில் பெரிய வருத்தம். "குழந்தைக்குப் பெயர் வைப்பதிலிருந்து, எத்தனை ரூபாய்க்கு சேலை வாங்க வேண்டும் என்பது வரை எதுவுமே என் இஷ்டப்படி நடக்காது. மகள் வாழ்க்கையாவது சந்தோஷமாக அமையுமா?" என்று கலங்குகிறாள். இந்துவின் மகள், "தலைமுறை தலைமுறையா, பெண் குழந்தை சாபம்னு மட்டும் சொல்லிட்டு இருந்தா காலம் எப்படி மாறும்மா? அம்மாவின் எண்ணங்கள் நல்லா இருந்தாத்தானே, மகளுக்கும் வாழ்க்கை மீது நம்பிக்கை வரும்?" என்று கேட்கிறாள். விடியல் வருமா?

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

50 Supplement to Mangayar Malar March 2010

மாற்றுங்க மனப்பான்மையை!



இந்துவுக்கு பெண் பிறந்ததில் பெரிய வருத்தம். "குழந்தைக்குப் பெயர் வைப்பதிலிருந்து, எத்தனை ரூபாய்க்கு சேலை வாங்க வேண்டும் என்பது வரை எதுவுமே என் இஷ்டப்படி நடக்காது. மகள் வாழ்க்கையாவது சந்தோஷமாக அமையுமா?" என்று கலங்குகிறாள். இந்துவின் மகள், "தலைமுறை தலைமுறையா, பெண் குழந்தை சாபம்னு மட்டும் சொல்லிட்டு இருந்தா காலம் எப்படி மாறும்மா? அம்மாவின் எண்ணங்கள் நல்லா இருந்தாத்தானே, மகளுக்கும் வாழ்க்கை மீது நம்பிக்கை வரும்?" என்று கேட்கிறாள். விடியல் வருமா?

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

நீதி!

பெண்ணா
பள் தன்னை
உயர்வாய்
நினைக்கத்
தொடங்கினால்
மட்டுமே
பெண்ணைத்
ழ்வாகப் பார்க்கும்
ண்ணம் மறையும்.
அந்த
னப்பான்மையை
வெறும் சட்டங்
களால் மாற்ற
முடியாது.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 51

நீதி!

பெண்ணா
வள் தன்னை
உயர்வாய்
நினைக்கத்
தொடங்கினால்
மட்டுமே
பெண்ணைத்
ழ்வாகப் பார்க்கும்
ண்ணம் மறையும்.
அந்த
னப்பான்மையை
வெறும் சட்டங்
களால் மாற்ற
முடியாது.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

ஏற்றம் தரும் எதிர்ப்பார்ப்புகள்!



சுகுணா நல்ல குடும்பத்தலைவி. ஊதிய நிர்ணயிக்கும் சட்டம் அமலாக்கப்பட்டவுட தனது வேலைக்கு அங்கீகாரம் கிடைக்கு என்று நம்பிக்கை. ''அரசாங்கம் சொன்னவுட உன் கணவர், அந்தச் சம்பளத்தை உனக்கு கொடுக்கப் போகிறாரா? இல்லை, வழக் போட்டு நஷ்ட ஈடு கேட்கப் போகிறாய மனதைத் தொட்டுச் சொல், நாம் எல்லோரு எதிர்பார்ப்பது அன்பு, நமக்கும் நம் வேலைக்கு மதிப்பு, பிள்ளைகள் வளர்ந்த பிறகு நமக்கெ ஒரு எதிர்காலம், இதெல்லாம் தானே. அதற் நீ ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் ஆவது தான் சரியா வழி'' என்றாள் அவளது தோழி.

52 Supplement to Mangayar Malar March 2010

ஏற்றம் தரும் எதிர்ப்பார்ப்புகள்!



சுகுணா நல்ல குடும்பத்தலைவி. ஊதிய நிர்ணயிக்கும் சட்டம் அமலாக்கப்பட்டவுட தனது வேலைக்கு அங்கீகாரம் கிடைக்கு என்று நம்பிக்கை. ''அரசாங்கம் சொன்னவுட உன் கணவர், அந்தச் சம்பளத்தை உனக்கு கொடுக்கப் போகிறாரா? இல்லை, வழக் போட்டு நஷ்ட ஈடு கேட்கப் போகிறாய மனதைத் தொட்டுச் சொல், நாம் எல்லோரு எதிர்பார்ப்பது அன்பு, நமக்கும் நம் வேலைக்கு மதிப்பு, பிள்ளைகள் வளர்ந்த பிறகு நமக்கெ ஒரு எதிர்காலம், இதெல்லாம் தானே. அதற் நீ ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் ஆவது தான் சரியா வழி'' என்றாள் அவளது தோழி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

நீதி!

திர்பார்ப்பை
பிறரிடம்
கொள்ளாமல்,
நம் மீது
எதிர்பார்ப்புகளை
அதிகப்படுத்திக்
கொண்டால், நடை
முறைப்படுத்துவது
சாத்தியம்,
ஏமாற்றங்களும்
மிஞ்சும்.

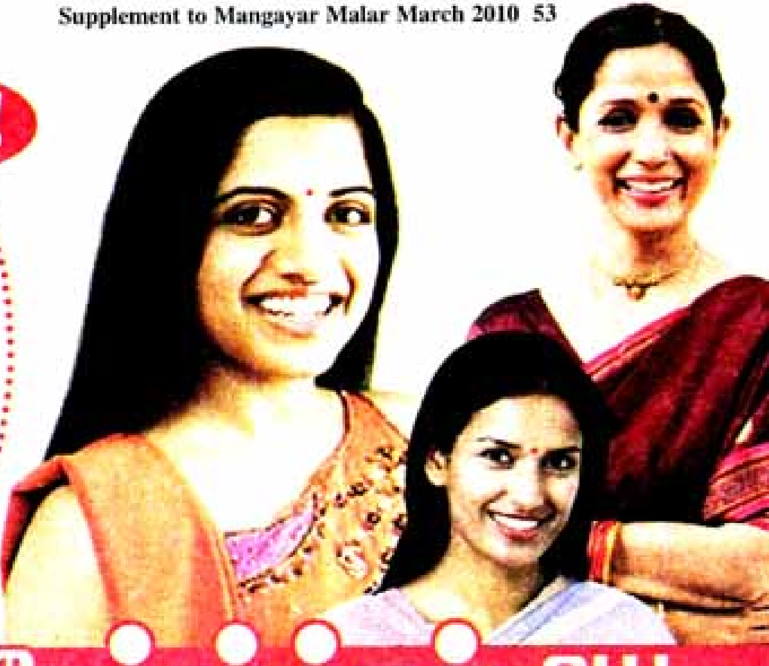


ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 53

நீதி!

திர்பார்ப்பை
பிறரிடம்
கொள்ளாமல்,
நம் மீது
எதிர்பார்ப்புகளை
அதிகப்படுத்திக்
கொண்டால், நடை
முறைப்படுத்துவது
சாத்தியம்,
ஏமாற்றங்களும்
மிஞ்சும்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

இன்று போய் நாளை வா!



சரோஜா, வானொலியில் பாடகியாக இ
தவர். வீணையும் வாசிப்பார். கணவர், ம
இருவரையும் இழந்து, நீரிழிவு நோயில் ஒ
காலும் இழந்த பின்பும், வேறு எப்படி பயனுள்
வாழ்க்கை வாழலாம் என்று யோசித்தார். சமைத்
ஆள் வைத்து வீட்டுக்கு டெலிவரி செய்ய
வேலையைத் தொடங்கினார். வடநாட்
தென்னாட்டு, சைனீஸ், மலேஷிய உண
வகைகளில் சக்கை போடு போட்டு, வீட்டுக்
டெலிவரியும் செய்கிறார். "நான் எதற்
வாழ்கிறேன்?" என்று நொந்து கொள்ளு
இளவயது பெண்கள், எழுபது வயதான இவ
பார்த்து ஊக்கமடைவது தான் முக்கியம்.

54 Supplement to Mangayar Malar March 2010

இன்று போய் நாளை வா!



சரோஜா, வானொலியில் பாடகியாக இ
தவர். வீணையும் வாசிப்பார். கணவர், ம
இருவரையும் இழந்து, நீரிழிவு நோயில் ஒ
காலும் இழந்த பின்பும், வேறு எப்படி பயனுள்
வாழ்க்கை வாழலாம் என்று யோசித்தார். சமைத்
ஆள் வைத்து வீட்டுக்கு டெலிவரி செய்
வேலையைத் தொடங்கினார். வடநாட்
தென்னாட்டு, சைனீஸ், மலேஷிய உண
வகைகளில் சக்கை போடு போட்டு, வீட்டுக்
டெலிவரியும் செய்கிறார். "நான் எதற்
வாழ்கிறேன்?" என்று நொந்து கொள்ள
இளவயது பெண்கள், எழுபது வயதான இவ
பார்த்து ஊக்கமடைவது தான் முக்கியம்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத

நீதி!

முதுமை என்பது பூமிக்கு பாரம் என்று நினைக்காமல், ஓர் அர்த்தத்தோடு வாழும்போது, ''இன்று போய் நாளை வா'' என்று சொல்லி எமனையே திருப்பி அனுப்பிவிடலாம்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 55

நீதி!

முதுமை என்பது பூமிக்கு பாரம் என்று நினைக்காமல், ஓர் அர்த்தத்தோடு வாழும்போது, ''இன்று போய் நாளை வா'' என்று சொல்லி எமனையே திருப்பி அனுப்பிவிடலாம்.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

பாஸிடிவ் போட்டி!



கணவருக்கு மாற்றலாகும் வேலை என்பதா
பானுவால் வேலைக்குப் போக முடியவில்லை
தோழிகள் மூலம் அபாகஸ் பயிற்சி, ஸ்பெஷ
குழந்தைகளுக்கான பயிற்சி கற்றுக் கொண்டாள்
இப்போது கணவர் மூட்டையைத் தூக்கு என்றது
சந்தோஷமாகக் கிளம்பி விடுகிறாள். புது ஊரி
பொழுது போவதில்லை என்ற பிரச்னைக்கு வ
இல்லை; போகும் ஒவ்வொரு ஊரிலும், குழந்தைக
தவிர இவளால் ஒரு பெண்ணாவது பயன் பெறுகிறா
எப்படி தெரியுமா? ''நானும் கிடைக்கும் நேரத்தி
'ஸ்பெஷல்' குழந்தைகளுடன் இருந்து புண்ணிய
தேடிக் கொள்கிறேன். என்னையும் சேர்த்துக் கொள்
என்கிறார்களாம் அங்கிருப்பவர்கள்.

56 Supplement to Mangayar Malar March 2010

பாஸிடிவ் போட்டி!



கணவருக்கு மாற்றலாகும் வேலை என்பதா
பானுவால் வேலைக்குப் போக முடியவில்லை
தோழிகள் மூலம் அபாகஸ் பயிற்சி, ஸ்பெஷ
குழந்தைகளுக்கான பயிற்சி கற்றுக் கொண்டாள்
இப்போது கணவர் மூட்டையைத் தூக்கு என்றது
சந்தோஷமாகக் கிளம்பி விடுகிறாள். புது ஊரி
பொழுது போவதில்லை என்ற பிரச்னைக்கு வ
இல்லை; போகும் ஒவ்வொரு ஊரிலும், குழந்தைக
தவிர இவளால் ஒரு பெண்ணாவது பயன் பெறுகிறா
எப்படி தெரியுமா? ''நானும் கிடைக்கும் நேரத்தி
'ஸ்பெஷல்' குழந்தைகளுடன் இருந்து புண்ணிய
தேடிக் கொள்கிறேன். என்னையும் சேர்த்துக் கொள்
என்கிறார்களாம் அங்கிருப்பவர்கள்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

போட்டி,
பொறாமை
ன்பதெல்லாம்
பெண்களுக்கு
அதிகம் என்று
பொய்ப் பழி
போடும் உலகம்,
ஆரோக்யமான
போட்டியைப்
ார்த்து பொறாமை
பட்டால்
ஆச்சர்யமில்லை.

நீதி!



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 6பு!



Supplement to Mangayar Malar March 2010 57

போட்டி,
பொறாமை
ன்பதெல்லாம்
பெண்களுக்கு
அதிகம் என்று
பொய்ப் பழி
போடும் உலகம்,
ஆரோக்யமான
போட்டியைப்
ார்த்து பொறாமை
பட்டால்
ஆச்சர்யமில்லை.

நீதி!

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 6பு!

லட்சியக் கனவு!



பத்மினிக்கு நாட்டியத்தில் அதிக ஆர்வ
மேடையில் அவளது அழகையும் நாட்டி
தையும் பார்த்து மயங்காதவர்கள் இல்ல
''கல்யாணம் ஆன பிறகு, பரதநாட்டியத்துச்
ஸ்பெல்லிங் கூட மறந்துடுவே'' என்று தோழி
கேலி செய்யும்போது, ''இறுதி வரை ஆ
கொண்டிருப்பேன்'' என்று உறுதியாகச் செ
வாள். திருமணமாகி அமெரிக்கா போனபோ
''இனிமே ப்ரேக் டான்ஸா?'' என்று தெரிந்தவர்
கேட்டபோது, மனம் ப்ரேக் ஆனது. ஆனா
இரண்டு குழந்தைகள் ஆன பிறகும், நாட்
நிகழ்ச்சிகளைத் தொடர்ந்து நடத்துகிறாள், வகு
களும் எடுக்கிறாள் என்றால், ஆழ்மனது நினை
தால் அது நடக்கும் என்ற நம்பிக்கையினால்தா

58 Supplement to Mangayar Malar March 2010

லட்சியக் கனவு!



பத்மினிக்கு நாட்டியத்தில் அதிக ஆர்வ
மேடையில் அவளது அழகையும் நாட்டி
தையும் பார்த்து மயங்காதவர்கள் இல்ல
''கல்யாணம் ஆன பிறகு, பரதநாட்டியத்து
ஸ்பெல்லிங் கூட மறந்துடுவே'' என்று தோழி
கேலி செய்யும்போது, ''இறுதி வரை ஆ
கொண்டிருப்பேன்'' என்று உறுதியாகச் செ
வாள். திருமணமாகி அமெரிக்கா போனபே
''இனிமே ப்ரேக் டான்ஸா?'' என்று தெரிந்தவர்
கேட்டபோது, மனம் ப்ரேக் ஆனது. ஆன
இரண்டு குழந்தைகள் ஆன பிறகும், நாட்
நிகழ்ச்சிகளைத் தொடர்ந்து நடத்துகிறாள், வகு
களும் எடுக்கிறாள் என்றால், ஆழ்மனது நினை
தால் அது நடக்கும் என்ற நம்பிக்கையினால்த

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இத



நீதி!

குடும்பமா,
லட்சியமா என்ற
கேள்விக்கு
இரண்டுமே என்று
திடமாக நம்புங்க.
கனவு நனவாவதும்,
காற்று கையில்
அகப்படுவதும்
சாத்தியமே!

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 59



நீதி!

குடும்பமா,
லட்சியமா என்ற
கேள்விக்கு
இரண்டுமே என்று
திடமாக நம்புங்க.
கனவு நனவாவதும்,
காற்று கையில்
அகப்படுவதும்
சாத்தியமே!

ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

ஆக்கம் அதிகரிக்கட்டும்!



"என் வாழ்க்கையை வீணடிக்க மாட்டேன் என் வாழ்க்கையை முதலீடு செய்வேன்."

இது, ஒன்றரை வயதில் கண் பார்வையையும் கேட்கும் திறனையும் இழந்தும் கூட, நான்கு மொழி களில் வல்லமை, பேச்சாற்றல், ப்ரெயில் முறையில் படித்தல் எல்லாவற்றிலும் வெற்றி கண்டு, பிற வாழ்க்கையை உயர்த்தி, தனக்கென சிறப்பான இட பிடித்த ஹெலென் கெல்லர் சொன்னது. எந்த ஊனமு சாதிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணத்தை ஊனமாக் முடியாது என்று வாழ்ந்து காட்டியவர்.

இவரை ஊக்கமாகக் கொண்டு, நம் வாழ்க்கை நல்ல முறையில் முதலீடு செய்வோமா?

60 Supplement to Mangayar Malar March 2010

ஆக்கம் அதிகரிக்கட்டும்!



"என் வாழ்க்கையை வீணடிக்க மாட்டேன் என் வாழ்க்கையை முதலீடு செய்வேன்."

இது, ஒன்றரை வயதில் கண் பார்வையையும் கேட்கும் திறனையும் இழந்தும் கூட, நான்கு மொழி களில் வல்லமை, பேச்சாற்றல், ப்ரெயில் முறையில் படித்தல் எல்லாவற்றிலும் வெற்றி கண்டு, பிற வாழ்க்கையை உயர்த்தி, தனக்கென சிறப்பான இட பிடித்த ஹெலென் கெல்லர் சொன்னது. எந்த ஊனமு சாதிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணத்தை ஊனமாக் முடியாது என்று வாழ்ந்து காட்டியவர்.

இவரை ஊக்கமாகக் கொண்டு, நம் வாழ்க்கை நல்ல முறையில் முதலீடு செய்வோமா?

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

நீதி!

பறவைகளும்,
மிருகங்களும்
கூட குடும்பத்தைக்
காக்கும் தன்மை
படைத்தவை. அறிவும்
ஞானமும் படைத்த
பெண்கள், அவற்றினும்
அதிகமாக,
ஆக்கப்பூர்வமாகச்
செயல்படுவது தானே
மனிதப் பிறவியின்
பயன்!



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 61

நீதி!

பறவைகளும்,
மிருகங்களும்
கூட குடும்பத்தைக்
காக்கும் தன்மை
படைத்தவை. அறிவும்
ஞானமும் படைத்த
பெண்கள், அவற்றினும்
அதிகமாக,
ஆக்கப்பூர்வமாகச்
செயல்படுவது தானே
மனிதப் பிறவியின்
பயன்!



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

படிப்பு ஒரு விஷயமே அல்ல!



விசாலாக்ஷி, பன்னிரண்டாம் வகுப்பு வரை
மட்டுமே படித்திருந்தாள். அதற்குப் பிறகு குடும்
பம் சார்ந்த பொறுப்புகளில் மூழ்கினாள். நாற்பது
வயது வரை தன் பிள்ளைகள், அடுத்த பத்து
ஆண்டுகள் பேரன் பேத்திகள் என்று பிஸியாக
வாழ்க்கை ஓடியது. அதன் பிறகு கணவரும்
தானும் மட்டுமே என்று குடும்பம் சுருங்கியபோது
தன் கடைசிப் பகுதியை அர்த்தமுள்ளதாகத்
தொடர முடிவு செய்தாள். திருப்புகழ் முதல் சௌந்
தர்ய லஹரி வரை தனக்குத் தெரிந்த ஸ்லோகங்
களை இரண்டு பெண்களுக்கு விளையாட்டு
போல் சொல்லிக் கொடுக்கத் தொடங்கி, இப்
போது, கோயில் விழாக்கள், பண்டிகைகள்
தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகள் என்று தனக்கென்று
ஒரு குழுவை அமைத்துக் கொண்டு அசத்துகிறாள்

62 Supplement to Mangayar Malar March 2010

படிப்பு ஒரு விஷயமே அல்ல!



விசாலாக்ஷி, பன்னிரண்டாம் வகுப்பு வரை
மட்டுமே படித்திருந்தாள். அதற்குப் பிறகு குடும்
பம் சார்ந்த பொறுப்புகளில் மூழ்கினாள். நாற்பது
வயது வரை தன் பிள்ளைகள், அடுத்த பத்து
ஆண்டுகள் பேரன் பேத்திகள் என்று பிஸியாக
வாழ்க்கை ஓடியது. அதன் பிறகு கணவரும்
தானும் மட்டுமே என்று குடும்பம் சுருங்கியபோது
தன் கடைசிப் பகுதியை அர்த்தமுள்ளதாகத்
தொடர முடிவு செய்தாள். திருப்புகழ் முதல் சௌந்
தர்ய லஹரி வரை தனக்குத் தெரிந்த ஸ்லோகங்
களை இரண்டு பெண்களுக்கு விளையாட்டு
போல் சொல்லிக் கொடுக்கத் தொடங்கி, இப்
போது, கோயில் விழாக்கள், பண்டிகைகள்
தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகள் என்று தனக்கென்று
ஒரு குழுவை அமைத்துக் கொண்டு அசத்துகிறாள்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்

நீதி!

ஐந்தில்
வளையாதது
ஐம்பதில்
வளையாது, சாதனை
...ரிய கல்லூரி படிப்பு
போன்ற பெரிய
...டடமெல்லாம் தேவை
...போன்ற வாக்குகளை
முறியடிக்கும் சக்தி
தன்னார்வத்துக்கு
உண்டு.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Supplement to Mangayar Malar March 2010 63

நீதி!

ஐந்தில்
வளையாதது
ஐம்பதில்
வளையாது, சாதனை
...ரிய கல்லூரி படிப்பு
போன்ற பெரிய
பட்டமெல்லாம்
தேவை போன்ற
வாக்குகளை
முறியடிக்கும் சக்தி
தன்னார்வத்துக்கு
உண்டு.



ஹோம் மேக்கர் ப்ளஸ் 64!

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 09 - 11 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 09 - 11* Registered as a Newspaper in Srilanka. Supplement to the Mangayar Malar March 2010 issue

மாறுங்க பெரிய ப்ளஸ்ஸாக!



முழு நேரக் குடும்பத் தலைவி த
கனவுகள், திறமைகள் எல்லாவற்றையும் பின்னு
குத் தள்ளிவிட்டு, குடும்பத்தின் நலனை
முன்னிருத்தி வாழ்கிறாள். குடும்பத்தில் அமை
அன்பு, பிணைப்பு எல்லாமே இருக்க வேண்
மென்றால், ஒரு பெண்ணால் மட்டுமே சாதி
முடியும். இந்தப் பொறுப்புகளை விட்டு
கொடுக்காமல், நேரத்தையும், செயலைய
இன்னும் தரமானதாக ஆக்கிக் கொண்டால், !
வாழ்க்கை மகிழ்ச்சியும், நிறைவும் இருப்பத
அமையும்.

ஆல் தி பெஸ்ட்!

கார்ட்டூன்ஸ் : **லலி**

64 Supplement to Mangayar Malar March 2010

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 09 - 11 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 09 - 11* Registered as a Newspaper in Srilanka. Supplement to the Mangayar Malar March 2010 issue

மாறுங்க பெரிய ப்ளஸ்ஸாக!



முழு நேரக் குடும்பத் தலைவி த
கனவுகள், திறமைகள் எல்லாவற்றையும் பின்னு
குத் தள்ளிவிட்டு, குடும்பத்தின் நலனை
முன்னிருத்தி வாழ்கிறாள். குடும்பத்தில் அமை
அன்பு, பிணைப்பு எல்லாமே இருக்க வேண்
மென்றால், ஒரு பெண்ணால் மட்டுமே சாதி
முடியும். இந்தப் பொறுப்புகளை விட்டு
கொடுக்காமல், நேரத்தையும், செயலைய
இன்னும் தரமானதாக ஆக்கிக் கொண்டால், !
வாழ்க்கை மகிழ்ச்சியும், நிறைவும் இருப்பத
அமையும்.

ஆல் தி பெஸ்ட்!

கார்ட்டூன்ஸ் : **லலி**

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இது